

PAUL DENIS

FOBİLER

KÜLTÜR KİTAPLIĞI 67

DOST

Paul Denis

Paris Psikanaliz Derneği'nin üyelerinden olan Paul Denis, *Revue française de psychanalyse* dergisinin yöneticiliğini yapmıştır.

Denis, Paul
Fobiler
ISBN 978-975-298-318-2 / Türkçesi: İsmail Yerguz
Ağustos 2007, Ankara, 125 sayfa
Kültür Kitaplığı: 67; Psikoloji: 6

FOBİLER

Paul Denis

DOST

ISBN 978-975-298-318-2

Les phobies
Paul Denis

Birinci baskı, Ağustos 2007, Ankara

Türkçesi, İsmail Yerguz

Teknik hazırlık, Ferhat Babacan - DOST İTB
Baskı, Pelin Ofset Ltd. Şti.; Mithatpaşa Cad. No: 62/4, Kızılay/Ankara

Dost Kitabevi Yayınları
Meşrutiyet Cad. No: 37/4, Yenişehir 06420 Ankara
Tel: (0.312) 435 93 70 • Faks: (0.312) 435 79 02
www.dostyayinevi.com • bilgi@dostyayinevi.com

İÇİNDEKİLER

Bu satırların yazılmasına tahammül eden
Martine ve Benjamin'e...

GİRİŞ

Nedensiz, tehlikesiz bir olayın yol açtığı akıldışı korku hiç kuşkusuz en yaygın psikopatolojik belirtidir. Bir güvercinden korkmak akıldışı bir korku gibi bilinir, Paris'te küçük bir gezinti yapmasını engelleyen, böylesi saçma bir olaydan korkan biri aptal ya da gülünç bir insan gibi görür kendisini ve yaralanır böyle bir durumdan. Fareden korkan bir kadının "küçük hayvanların büyük hayvanları yiyemeyeceğini bilmesinin" bir anlamı yoktur, hiç etkili olmaz bu ve bu kadın en küçük bir tehlikede bir taburenin üstüne çıkacaktır.

Dolayısıyla, akıldışı korkudur bu, yani, *Le Robert* sözlüğünün belirttiği gibi, "bazı objelerden, eylemlerden, durumlardan ya da fikirlerden duyulan aşırı korku..." "Fobi"yi "korku"dan klinik olarak ayıran bu gerçekdışı özelliğidir. "Fobi" sözcüğü Yunanca "korku" anlamına gelen bir sözcükten gelir ama bu bağlamda gerçek anlamda bir korku söz konusu değildir, korku gerçekçi anlamda algılanan bir tehlikeye ya da daha önceki bir travma deneyimine bağlıdır. Tıpta fobi olarak adlandırılan ilk rahatsızlık, kuduz hastalarındaki "hidrofobi" (su korkusu) aslında normal bir korku-

dur: bu hastalığın yol açtığı, yutma kaslarında görülen felç nedeniyle hastanın içeceği suda boğulacağından korkmasıdır bu. Gerçek korkular bir dış korku durumuna denk düşerler; fobi dış dünyadaki, hiçbir tehlike içermeyen ya da çok önemsiz tehlike oluşturabilecek bir durum ya da objeyle ilgilidir. Fobi yaratan obje ya da duruma "fobojen" denir.

Fobinin oluşmasında "düşünce"nin önemi üstünde durmak gerekir. Sıkıntıyı doğuran doğrudan doğruya dış durumun kendisi değil, bu durumun insanda uyandırdığı izlenimdir. Bir farenin bize sıkıntı vermesi ancak bizim, bize rağmen ve savunmasız bir hayvanın söz konusu olduğunu bilmemeze rağmen bu fareyle ilgili düşüncemize bağlıdır. Bu anlamda, fobi, "travma sonrası stres" durumlarından ayrıdır; bu tür stres durumlarında birey bir dış travmanın kurbanı olduğu, silahlı saldırıya maruz kaldığı ya da kaza geçirdiği bir durumdan ya da bir yerden korkar, oysa, bu durum ya da yer daha önce kesinlikle korku vermemiştir kendisine. Aynı şekilde, "güçlü fareler"in saldırısına uğrayan farelerde görülen "sosyal fobi"den söz etmek fobi kavramının abartılı bir uzantısıdır.

Korkunun yoğunluk düzeyi ve fobojen objenin zararsızlığı arasındaki fark, özel, psişik bir mekanizmanın varlığını devreye sokar ve doğrudan kavramayan bu mekanizma tehlikeli bir duruma denk düşen nötr bir durumun hissedilmesi noktasına kadar varır. Bu özel psişik mekanizmanın mantığı psikanalitik yaklaşımları bilişsel-davranışsal ya da nörobiyolojik perspektiflerden ayırır. Psikanalize göre, fobojen unsur tüm gücünü süjenin kendisinin düşüncesinin ona yüklediği

anlamdan alır. Psişik dünyanın sıkıntı verici bir figürü bir objeye, bir insana ya da dış dünyayla ilgili bir duruma kayar –yansır– ve fobiyi tanımlayan da bu kayma, yansıma olgusudur.

Böylece, bir fobi dış dünyayla ilgili düşünce olasılıklarında kısmi bir sapmayı içerir ya da, en azından, bu olasılıkların bu düşünceleri bulandıran fantazmatik bir unsurla kısmen iç içe geçirilmesidir. Fobi "gerçeklik duygusu"nun çok kısmi bir dönüşümünü içerir, zihinsel işleyişi bütünüyle bozmayan, bir tür hafif delililiktir. Bu anlamda, çok sayıda, yoğun, yaygın fobi, bazı durumlarda bizi psikozun sınırında yer alan delilik olgularına yaklaştırsa da, nevrozla bağlantılı bir sıkıntı söz konusudur – fobik nevrozdan söz edilir, fobik psikozdan söz edilmez.

Bazı fobiler neredeyse fobojen durumla yüz yüze gelmekten kaynaklanan sürekli korkular yaratırlar. Bu tür düşünceler insan zihninde önemli bir yer tutar ve "takıntı" oluşturur. Böylece, "takıntılar" ve fobiler arasında bir bağlantı kurulur çoğu zaman. Takıntı, etkilenen bireyin sürekli mücadele ettiği ama kafasından atamadığı bir düşünceyle oluşur. "Takıntılı" bir insan takıntılarından kurtulmak için bazı hareketleri sürekli yineler ama zihinsel faaliyetlerini bozan fikirleri atamaz kafasından. Sadece fobik olan birey bunalıma karşı daha güçlü bir koruma altındadır. Bununla birlikte, her zaman geçerli değildir bu ve takınaklardan çok az farklı olan fobiler vardır.[1]

1) Fobi, histeri ve takıntılı nevroz ilişkilerini III. bölümde yeniden ele alacağız.

I. Bölüm

HERKESTE FOBİ VARDIR

1. – Fobinin evrenselliği

Fobi pozitif anlamda sıkıntı verici bir şey gibi görünse de, bu bağlamda, çocukluğumuzun "normal" bir mekanizmasının söz konusu olduğunu saptamak gerekir: hepimizin fobileri olmuştur, karanlıktan, kurttan, karıncadan ya da kamyondan, sütün kaymağından, atlardan, kelebeklerden, tuvaletten, akan sudan korkmuşuzdur ya da korkarız... Fobi, fobiler her birimizin ruhsal yaşamının bir parçasıdır ya da parçası olmuştur. Hepimiz bir şeyden az çok korkmuşuzdur: bu "korku" gizli olabilir, belli bir nefret duygusuyla ya da bazı yaygın durumların belli olmadan veya bilinçsiz bir biçimde saf dışı edilmesiyle ifadesini bulabilir.

Fobilerin bu olağanüstü sıradanlığı ve çoğumuzun bunlardan kurtulmanın yollarını bulabilmemiz bunların kalıcı olarak görüldüğü insanlarda sıkıntının sürekli ve önemli olabileceği gerçeğini ve bunlarla rusal olarak mücadelenin

pahalıya mal olabileceği gerçeğini unutturmamalıdır. Gerçekten de, fobi bir mücadeledir.

Agorafobisi olan ve alışveriş yapmak zorunda olan bir kadını ele alalım. Çarşı, pazar gibi yerlerde dolaşma korkusunu yenmesi, bu bağlamda kendisini yönlendirmesi gerekir bu kadının; sokakta kendisine bakan insanlardan rahatsız olmaması, başkalarının bakışlarından rahatsız olmaması, erkeklerin münasebetsiz bazı laflarını duyma riskini göze alması gerekir... Genel olarak yanına bir arkadaş alması bu durumun yarattığı sıkıntıyı ortadan kaldırabilir; dolayısıyla, bir arkadaş bulması gerekir. Ve agorafobisi olan bu kadın bir dostunu arar ama dışarı çıkma korkusu, ayırdında olsa da yadsıyamayacağı bir korkudur: "Uzun zamandır görüşmedik, birlikte biraz alışveriş yapsak mı?" Birinci dost uygun durumda değilse, ikincisine telefon edilir, daha sonra başka bir dosta... Ve bu genç kadın başka çare kalmayınca sonunda annesine yönelecektir. Düşününüz ki, bu korku her gün gelmektedir... İşe giderken, çocukları okula bırakırken ve daha sonra dönerken sokakta... Biraz daha hafif bir agorafobi insanın sokağa tek başına çıkmasına engel olmaz, korkunun belirsizliği ve anlaşılmazlığı bazı olgularla yansır: tercihen tanınan bir semtin seçilmesi, belli bir makyajı ya da uygun bir kıyafeti, donuk, duvar rengi, askeri kamuflaj gömleği ya da çarpıcı renkli bir gömlek tercih etmek: korkuyu neşe ve coşkuyla yenmek amacıyla kıpkırmızı bir pantolon, Casoar ve beyaz eldivenler... Bu tip bir fobinin yaşattığı mücadele ve gerilim ortamının yıpratıcı yanları vardır; fobojen durumlara karşı alınan tavrın ölçüsü kaçabilir, yaşam tercihlerini saptırabilir, sözgelimi, ev

dışındaki bir çalışma hayatından vazgeçirebilir ve o kadar ilginç olmayan ama evde yapılabilecek bir işi tercih ettirebilir ya da işsiz ve fobilere karşı sıkıntı yaratmayacak işlerde eşlik edebilecek bir partnerin tercih edilmesine götürebilir...

Fobi kadınlarda daha sık görülür ya da en azından kadınlar daha kolay gösterirler fobilerini, ama bazı erkekleri de sıkıntıya sokabilir ve zarar verebilir onlara. 1960'lı yıllarda, bir genç, topluluk içinde neredeyse paniğe varan sıkıntılar ve rahatsızlıklar duyuyordu; sözgelimi, bazı gecelerde bu sıkıntı engelini hemen iki ayrı marka sigarayla bir duman perdesi arkasında aşmaya çalışıyor ve sürekli tütün ve alkol tüketiyordu. Zamanla bu ilişki zorlukları artmış, tütün ve alkol tüketimi derdine çare olamamış ve bu genç birkaç yıl içinde ciddi bir karaciğer rahatsızlığı sonucunda ölmüştür. Dolayısıyla, görece minör bir psikiyatrik belirti aslında nitelikli, zeki ve yetenekli bir insanı dolaylı bir biçimde yere sermiştir.

İkinci Dünya Savaşı sırasında tankçı bir komutan kahramanlığıyla büyük bir ün yapmıştı: bu komutan birliğinin katıldığı bütün savaşları elinde dürbünü ve gövdesi dışarıda yönetirmiş; tankın içine kapandığında korkunç bir klostrofobi geliyormuş kendisine. Düşman silahlarından gelebilecek gerçek tehlike zırhlı aracın koruyuculuğundan daha az sıkıntı veriyormuş.

Otomobilde kemerlerini bağlamak istemeyen insanlar için de o kadar kahramanca olmayan ama aynı derecede tehlikeli bir durum söz konusudur: kaza durumunda hareket edememe düşüncesiyle rasyonalize edilmiş fobi. Kesin-

likle koruyucu olan bu önlemin[1] fobi karşısında hiçbir ağırlığı yoktur.

Çocuk fobisinin ve gelişiminin bir tür doğa bilimi yazılabilir. Genel anlamda fobojen objeye mal edilen tehlike fantazmaların gelişmesi olgusuyla kaybolmaya yüz tuttuğunda fobiler kaybolur. Bu, psişik rollerinin varlık nedeni ortadan kalktığında yok olan fobilerin üstesinden gelen Ben'in gelişmesidir.

Biz, yetişkinler olarak, kendimizi gizliden gizliye eski korkularımızı uyandıran ve onları kesinlikle aştığımızı anlama zevki veren durumlara sokmaya devam ediyoruz. Korku sineması, sirk, bir zamanların Grand Guignol'ü gibi korkunç öyküler bize bir süreliğine fobilerimizi canlandırma ve bunların sınırlı dönüş süreleri içinde bu bağlamdaki zaferimizi hatırlama fırsatı verir. Daha sonra göreceğimiz gibi, fobiyle ilgili bazı sporlar konusunda da aynı şeyi söyleyebiliriz.

Sirk bir tür fobi tapınağıdır ve insanlar bu tapınakta sanatçılara vekalet vererek ya da onlarla özdeşleşerek egemen olurlar onlara: akrobatların numaralarının verdiği baş dönmesi, topluluk içinde bedenini gösterme korkusu, hayvan eğiticisinin ya da seyisin iradesi karşısında boyun eğen hayvanların verdiği korku, palyaçolarla gülünç düşme korkusu, cücelerin teşhirleriyle bastırılan biçimsiz biri olma korkusu, hokkabazların telafi ettikleri, eşyaları kırma, düşürme korkusu, atlar ya da fillerin insanların önünde çekinmeden dışkılamalarından gelen korkuya, yoksulluk korkusuna ka-

1) Saatte 90 km. hızla giden bir arabada, kaza durumunda, kemer takılıysa ölüm riski sıfırdır.

dar her şey: "Paranız yoksa su içme ihtiyacı da duymazsınız..." ifadesi geçer Foottit ve Chocolat adlı palyaçolar arasındaki bir diyalogda.

II. – Fobiyle mücadele

Psişizmin gelişmesi olgusuyla çocuk fobisinin birdenbire kaybolması bir ifade ya da obje değişikliği oluşturmaz ya da böyle bir şeye yol açmaz.

Çocuklukta olsun, yetişkin yaşta olsun, fobiler bir kez yerleşince bunlarla mücadele etmek ve çıkardıkları sorunları yönlendirebilmek için üç bilinçdışı strateji devreye girebilir: fobojen durumlardan kaçınma, fobinin "fili"ye (sevgi) dönüşmesi ve fobilere karşı tavırlar aracılığıyla fobinin ölümsüzlanması.

Kaçınma çok yaygın ve genellikle çok kolaydır: uçaktan korkanbiri için tren ya da vapura binmek yeterlidir. Asansörden korkan biri için yüksek yerlerde bulunmamak o kadar kolay olmamakla birlikte mümkündür. Bununla birlikte, korkak biri gibi gözükmek yaralayıcı olduğundan kaçınma çoğu zaman korkuyu reddeden ama kaçınmayı doğrulayan bir formülasyona denk düşer. "Korkuyorum"un yerini kapasitesizliği reddetme, tercih ve neredeyse erdem haline getiren "sevmiyorum" alır. Bu durumda, fobi karakter olur: "Köpekleri sevmem", saygın bir özelliktir ve "köpeklerden korkarım" ifadesinden daha uygundur.[2]

2) M. Fain'in klinik gözlemi; bkz. M. Aisenstein, *Michel Fain*, Paris, PUF, "Psychanalistes d'aujourd'hui", 2000.

Fobinin "fili"ye dönüşmesi "zoofobiler"de, yani hayvanlara bağlı fobilerde çok yaygındır. Korkutan hayvan ilgi ya da sevgi objesi olarak görülür; köpeklerden ya da atlardan korkan bir çocuk bu hayvanlara tutku duyar, fare görünce yaygara koparan bir çocuk hamster ya da beyaz fare besleyebilir. Yılan kâbuslarından rahatsız olan ve hayvanat bahçesinde piton görmekten korkan bir çocuk ise yılan meraklısı bir çocuk olabilir ve kendisine arkadaş olarak bir sürüngen alınmasını isteyebilir. Bazı çocuk psikanalistleri küçük hastalarının beline doladığı bir pitonla geldiği seanslar düzenlemek zorunda kalmışlardır.

Karşıt-fobik tavırlara gelince, bunlar korkuyu yadsıyarak yenme konusunda ön plana çıkarlar: "Korkmuyorum, zaten bana bir şey olmaz." Korku heyecanının yadsınması –sıkıntı duygulanımı– ve mutlak gücün olumlanması. Gérard Bayle fobilerin psikanalitik irdelemesinde kaçınmanın "geriye doğru kaçışı"nı ve karşıt fobinin "ileriye doğru kaçışı"nı karşılaştırır ve yakınlaştırır, böylelikle, fobik cevabın etkilenmiş boyutunun altını çizer.[3] Bu mekanizma araba kullanma fobilerinde etkilidir; bu tür korkuları olan insanlar araba kullanma korkularını yadsırlar ama nedensiz korkularının yadsınması nesnel yol tehlikesinin rasyonel anlamıyla birliktedir ve genellikle tehlikeli biçimde araba kullanırlar. Saldırganla özdeşleşme mekanizmaları –fobojen durumların hayali saldırganı– hiperaktiflikten nedensiz saldırgan tavırlara kadar gidebilir. Bu konuya dönme fırsatını bulacağız.

3) G. Bayle, *Trésor des phobies*, Paris, PUF, "Epîtres", 1999.

II. Bölüm

FOBİLER DERLEMESİ

Fobilerin evrenselliği ve bir insana ya da bir dış duruma endişe verici bir düşünce yükleyen psikopatolojik mekanizması her insanın ya da her durumun fobojen obje ya da durum gibi görülmesine yol açabilir. Dolayısıyla, çeşitli fobilerin kesin bir listesini çıkarmak mümkün değildir. Buna karşılık, her fobi için "bilimsel" bir terim oluşturmak kolaydır: bu amaçla fobojen objeyi ya da durumu Yunanca'ya çevirmek ve buna 'phobie'yi (*fobi*) eklemek yeterlidir: sözgelimi, "arachnophobie" (örümcekten korkma) ve "cynophobie" (köpekten korkma) vb... Tüm Yunanca sözcükler için geçerli olabilir bu. Ayrıca, Freud, *Psikanalize Giriş Dersleri*'nde "tüm bu fobileri, görkemli Yunanca adlar giydirerek bize sergileme zahmetine katlanan" bir yazarla alay eder.[1]

Gerçekten de, bir "onomaturg" –"onomatofobi" yaratma riskiyle sözcük yaratmak– gibi davranmak ve kalabalıklar-

1) Stanley Hall.

dan korkmayı oklofobi diye adlandırmak, geç evlenmekten korkan birine opsigamofob, hatta hızlı yürümekten korkan birine takiporifob demek eğilimleri çok yaygındır. Yunanca olmazsa Latince'yle yetinilebilir ve arıdan korkmaya "apifobi" denebilir. Doğal olarak, bu yöntemin sınırlarına kısa sürede ulaşılmıştır, çünkü yukarıda saydığımız anlaşılmaz ve kullanılması mümkün olmayan komik sözcükler çıkmıştır ortaya: kabızlık korkusuna "apopathodiaphulatofobi" denebilir mi? Ama âşık olma korkusuna "erotopleksofobi" demek de eğlenceli olurdu doğrusu...[2] Bununla birlikte, bazı bilimsel terimler tıp ve psikiyatri alanında kullanılmaktadır.

I. – Zoofobiler

Dolayısıyla, "zoofobiler" sözcüğü hayvanlar bağlamında tüm fobileri ifade eder. Özellikle çocukta çok yaygındır ve şu ya da bu dönemde neredeyse sürekli ortaya çıkar. Bunlar her tür fare, köpek, kedi, kemirgen, sürüngenle, tırmanıcı, uçucu böceklerle, kuşlarla –ornithofobi– ve kelebeklerle ilgili olabilir.

Orfidofobi (yılanlardan korkma) bizim türümüze özgü filogenetik bir montaja denk düşebilir, yani psikolojiye değil de fizyolojiye bağlıdır. Bu durumda, fobiden çok korku

2) Burada Aristoteles ve Nikos Nikolaidis'in *Olmayan Sözcükler Sözlüğü*'nden (Métropolis, 1989) yararlandık. Bu sözlükte şu tanıma rastlanır: çok kolay âşık olan birine "erotoplekt" denir.

söz konusudur. Bununla birlikte, her insanda görülmez bu korku. Öte yandan, bu korkunun bir analiz sırasında yok olması –ya da orfidofiliye dönüşmesi– onun gerçek anlamda bir fobi gibi evrimsel bir potansiyele sahip olduğu düşüncesini doğurur.

Bir büyük hayvan fobisi ve küçük hayvan fobisi ayrımı yapmak klasik bir tavırdır. Çoğu zaman parçalanma –at, inek, köpek vb. hayvanlar tarafından– sıkıntısı ifadesiyle yansıtılan büyük hayvan korkusunun öncesinde çocukta küçük hayvan korkusu vardır: fare, hamamböceği, kertenkele... Büyük hayvan ailenin, babanın yerini tutar büyük olasılıkla – Freud'un "Küçük Hans"ının fobisindeki atta gördüğümüz gibi. Küçük hayvanlar bir cinsel organ ve bu cinsel organın bedendeki deliklere girme kapasitelerinin figürasyonudur.

Mikrop fobisi, bulaşma korkusu, görünmeyen ama her yerde bulunan oraganizmalardan korkma, fobi ve tıkıntı arasında bir yerdedir, hastalık korkusu ise nozofobiye yakındır.

II. – Mekân fobileri

Bu bağlamda iki önemli fobi vardır: agorafobi ve klostrofobi.

Topluluk içinde gözükme korkusu olan agorafobi çok yaygındır. Dar anlamda, çok kalabalık olsun ya da olmasın, genel alanlar söz konusudur burada. Sözgelimi Champ-de-Mars'tan geçemeyen biri çok canlı küçük sokaklardan rahatça geçebilir. Bu bağlamda, önemli olan, büyük olasılıkla,

insanın herkesin bakışlarını üstünde hissetmesidir. Bununla birlikte, "agorafobi" sözcüğü evden çıkma, sokakta yürüme, topluluk içinde bulunma gibi korkuları da kapsar. Ancak burada durum daha karmaşıktır, çünkü çeşitli korku ve fantazma biçimleri birleşebilir. Olası birtakım tekliflere kanma, kendini teşhir etme arzusuna bırakma, cinsel dürtülere yenik düşme korkusu... Bu düşüncelerden bazıları bilinçlidir, bazıları bütünüyle bilinçaltına gömülmüştür ve ancak psikanaliz tedavisiyle ortaya çıkabilir.

Bu durumların çoğunda, sıkıntı, karşıt-fobik obje rolünü oynayan bir insanın varlığıyla dengelenir. Hélène Deutsch karşıt-fobik partnerin sadece koruyucu bir ana ya da baba olmadığını, ama aynı zamanda bilinçaltında nefret edilen, fiziksel varlığı kendisine ve başkalarına bilinçdışı, tahrip edici fantazmaları püskürtmeye yarayan bir ana ya da baba olduğunu mükemmel bir biçimde açıklamıştır. Ayrıca, agorafobların kendilerine refakat edenler karşısındaki tavırlarındaki sadik boyut da çok açıktır çoğu zaman.

Daha ayrıntılı bir biçimde ele alacağımız klostrofobi, küçük ya da büyük, kalabalık ya da tenha bir yerde kapalı kalma duygusunun getirdiği sıkıntıyı belirtir. Böyle bir rahatsızlığı olanlar kapılarını kapatmazlar, hatta tuvaletin kapısını bile kapatmazlar, misafirliğe gittiklerinde hemen bir pencere açılmasını isterler, sinema ya da tiyatroda sıra başına otururlar. İlginç olan, klostrofobinin, çoğu zaman, bireyin sözgelimi kendi dairesi gibi egemen olduğu ayrıcalıklı bir kapalı alan olan tamamlayıcı bir "klostrofili"yle birlikte görülmesidir. Rahatlatıcı olduğu gerekçesiyle seçilen bu alan herhangi bir müdahale biçimi söz konusu olduğunda fobojen olabilir;

davet edilmiş bir arkadaş olabilir, başka biçimde bir müdahale biçimi söz konusu olabilir: komşudan gelen bir gürültü, su sesinin verdiği rahatsızlık, zorunlu çalışmalar. Bu durumda, alan hakimiyeti yitirilir ve evinde oturmak zorunda olan birey evine sıkıntı içinde döner, evinden çıkmak için hiçbir fırsatı kaçırmaz, dışarıda yemek yer, vaktinin çoğunu arkadaşlarında ya da kafelerde geçirir...

Çoğu zaman birlikte görülen agorafobi ve klostrofobi arasındaki ilişkinin özelliklerinden biri şudur: agorafobi klostrofili aracılığıyla katılır bu birlikteliğe; büyük olasılıkla bir koruma gibi yaşanmış *claustrum* dışında korkulan bir gidişin gerçekleşmesine denk düşer. Korkulan kalabalık olduğu kadar dışarı çıkma eylemidir: '*claustrum*'u terk etmek, oradan kovulmak, yani ötekiyle ilişkisini kaybetmek; bu, aynı zamanda, üstünde edilgenlikten kurtaran bir egemenliğin oluştuğu bir kişinin, bir refakatçinin gerekliliğini etkin bir biçimde açıklayan kaybın yerinin doldurulmasıdır.

Klostrofobik sıkıntıyla mücadele etmenin çok sık görülen bir biçimi de *claustrum* içinde yoğun etkinlik geliştirmektir: çılgın gibi ev işleriyle uğraşmak, sürekli tamirat yapmak. Anti-*claustrum* karşı-fobik davranış biçimini benimseyen biri için 'squash'ın çekici bir spor olduğu düşünülebilir.

Klostrofobiye başka fobiler içinde de rastlanabilir. Sözgelimi, bireyin egemen olmadığı bir yazgıyla bir hücrede kapalı kaldığı ulaşım araçları fobileri. Ama burada edilgen hareket korkusu, birlikte seyahat edilmesi zorunlu yolcularla yakınlaşma da söz konusudur... Okul fobileri çoğu zaman önemli klostrofobik bir boyut oluşturur; yeniyetmelerde, entelektüel çalışma sırasındaki bazı ketlemeler onların çalıştıkları

bir odada kapalı kalmalarını engelleyen bir sıkıntıya bağlıdır.

Klostrofobi aynı zamanda bütünüyle manevi kapanma durumlarıyla da ilgilidir: bir çalışma programına bağlı kalmak, kararlaştırılan saatte gelmek, konuşma süresine, bir toplantıyla ilgili olarak kararlaştırılan süreye uymak... Büchner'den alıntı yapan Jean Mallet,[3] "Klostrofobi hastası için yeterli zamanı olmamak yeterli hareket alanı olmamakla eşdeğerdir," diyor: "Saat durmak istemiyor mu peki? Her hareketi çevreındeki duvarları daraltıyor ve bir tabuta çeviriyor."[4] Mallet şöyle devam ediyor: "Bazı nevrotik kararsızlık tipleri bu tür korkulara dayanır. Her kesin karar bunun dışındadır, çünkü bir kaçış olasılığını dışlar büyük olasılıkla."

III. – Bedene bağlı fobiler

Önce şunu belirtelim ki, beden her zaman fobik temalarla iç içedir: saldırıya uğrama, yenme, içine girilme, bulaşma, yakalanma, tahrik... Bununla birlikte, buraya kadar ele aldığımız fobiler arasında tehdit başka yerden geldiğinden bedeni korumak gerekir. Ele alacağımız fobilerin özelliği ise saf dışı edilecek tehlikeyi bedenin içine yerleştirmektir. Bu fobiler bedeni psişizm dışında bir alan olarak, bir projeksiyon yeri gibi kullanırlar. Yöntemin sakıncası büyük-

3) J. Mallet, Contribution à l'étude des phobies, *Revue française de psychanalise*, c. XX, no. 1-2, 1956, s. 238-281.

4) G. Büchner, *Danton'un Ölümü*.

tür, çünkü yılanlardan sakınmak kolay olabilir ama kendi bedeninden sakınmak mümkün değildir. Dolayısıyla, bedene bağlı fobiler takıntılı düşünceler olma eğilimindedir, çünkü düşünce bunları kendisiyle birlikte hiç bırakamayacağı bedensel bir çanta içinde taşır.

1. **Doğrudan bedensel fobiler.** – Bedenin kendisine –görünümüne ya da denetimsiz işleyişine– bağlı fobiler ve bedensel etkinliğe ya da bireyin kendisinden gelen bedensel duyumlara bağlı fobiler vardır. Burada, plastik cerrahinin yol açtığı bedensel değişiklik olasılıklarının çok büyük boyutlara getirdiği dismorfofobilerin önemli bir yeri vardır. Bu bağlamda, korkudan çok bireyin kendisinin bir özelliğiyle ilgili tiksinti, reddetme olgusu vardır. Sözgelimi, burnun, çenenin, göğüslerin, kalçaların biçimi ya da selülit gibi olgular... Ama bedenin tümüyle etkilenmesi gibi bir durum da söz konusu olabilir: karın, omuzlar ve "zayıf kimselerde köprücük üstü çukuru", boy ve tabii ki kilo...

Söz konusu kişi, genellikle erkekten çok kadın ya da genç kız, burnunun biçimine, biçimsiz ya da estetik olmadığını düşündüğü yüzüne "tahammül edemez", hatta onu iğrenç bulur. Bu fiziki kusur düşüncesinin zihinde tuttuğu yerin ölçüsü kaçabilir ve takıntı haline gelebilir. Dismorfofobi fobiden takıntıya geçiştir.

Yeniyetmelik döneminde hemen hemen her zaman bir dismorfofobik evre söz konusudur. Yeniyetmeler yetişkin bedenleri içine yerleşmek ve onunla uyuşabilmek için epey zaman harcarlar. Dikkatlerinin anatomilerinin belli bir bölgesinde yoğunlaşması erginlik değişimlerinin entegrasyonu-

nun zorluklarını yansıtır kesinlikle. Bu bağlamda, estetik cerrahi operasyonlarında görülen artış şaşırtıcıdır.

Ama, bu bağlamda en büyük zorluk, kişinin reddettiği anatomisinin özellikleriyle ilgili değerlendirme yargısının ölçülü ya da ölçüsüz olmasıdır. Bu kişilerle konuşmak çok zordur çünkü estetik bir konuda karar vermek söz konusudur. XIX. yüzyılda "büyük evin büyük burnu"[5] gibi düşünülen –dolayısıyla bir farklık unsuru kabul edilen– burundaki bir fazlalık bugün, üstelik de çok değişken olan estetik ölçülerden hayli uzak, ayrıca çok değişken korkunç bir felaket kabul edilebiliyor. Plastik cerrahlar bu noktanın önemini büyük çabalardan sonra öğrendiler ve artık psikiyatr ya da psikologlarla işbirliğine giderek estetik amaçlı cerrahi müdahalelerde hastalarıyla görüşmelerini istiyorlar. Gerçekten de, bazı başarılı ve söz konusu organı aranan ideale yaklaştıran teknik operasyonların arkasından kimi zaman tatminsizlik duyguları gelebilmektedir. Dismorfofobik sıkıntı gerçekleştirilen değişiklik üstünde yoğunlaşır ve bundan cerrah sorumlu tutulur. Ve ısrarlı talepler, saldırgan tavırlar ya da mahkemeler söz konusu olabilir bu bağlamda.

Beslenme sıkıntılarının temelinde kilo, "aşırı kilo" fobisi vardır. Burada takıntı dismorfofobiye yakındır: bedenimin biçimi olması gerektiği gibi değil, çok şişmanım. Temel unsur bağlama ve sıkıntının derecesine bağlıdır. Aşırı kilo korkusu yeniyetmelikteki bazı hastalık hastalığı korkularına benzer bir kategori içinde yer alabilir ve etkileri sınırlı kalabilir ve muhtemelen bireylerin bedensel yapılarını güçlen-

5) H. de Balzac, *Le Cabinet des antiques*.

dirici bir rol oynayabilir. Ama zihinsel açlığı bir tür fobiye indirgemek aşırılıktır. Bu bağlamda, şişmanlama korkusu çok yaygındır, daha karmaşık biçimler alabilir ve çılgınlık boyutlarına varabilir; yemeye karşı mücadele konusunda çok katı önlemler beden sağlığını, hatta bireyin yaşamını tehlikeye atabilir.

Melankoliklerde görülen "sitiofobi" –beslenme fobisi– konusunda aynı şey söylenebilir; bildiğimiz anlamda bir fobi söz konusu değildir burada, çılgın bir her şeyi yeme tavrı görülür. İstiridyeden nefret etme gibi bir durum söz konusu değildir bu bağlamda...

Eritrofobi olarak da bilinen erötofobi az ya da çok cinsellik kokan bir görüntünün anımsanmasıyla kızarma korkusudur. Burada da takıntı ve fobiyle bağlı bir durumla karşı karşıyayız, çünkü sakınma durumları yaratır bu durum. Bu tür durumlardan rahatsız olanlar çok sıkıntı çekebilirler; ileride döneceğiz bu konuya.

Kalabalık içinde terleme korkusuyla ilgili Yunanca bir sözcük vardır: idrozofobi. Daha çok erkeklere özgü bir durum olmasına rağmen erötofobiye benzer bir fobidir bu. Bu tür fobileri olanlar yüzlerinin terle kaplanmasından korkarlar, yüzlerinden ter akmasından korkarlar; kendilerini kötü hissetmekten korkarlar...[6] Fobi ve bedenselleştirme arasındaki –ya da en azından bunalım ve bedenselleştirme arasında– ilişki burada yoğun bir bedensel tepkinin, terlemenin bütünüyle psişik bir olayla başlaması olgusuyla yansır.

6) Bedenden kötü koku çıkması korkusu da tek başına bir fobi olarak kabul edilebilir ve başlangıçta aşırı parfüm tüketimi ve sürekli yıkanma biçiminde belirtiler gösterebilir.

Hasta olma korkusu "nozofobi" hastalığa inanmayı gösteren sözcük olan hipokondrinin (hastalık hastalığı) hafif bir biçimidir. Her ikisine de yeniyetmelik çağında sık rastlanır ve bu tür fobilerden mustarip olanlar genellikle popüler tıp dergileri okurlar ya da az veya çok mantıklı rejimler yaparlar ve sağlık reçeteleri uygularlar. Bu bağlamda, aynı zamanda kendi içlerinde ağırlıkları olmayan takıntılar da söz konusudur; her şey rahatsızlık veren sıkıntının ve söz konusu kaygıların derecesine bağlıdır. Nozofobiler arasında bazıları, sıklıkları dolayısıyla özerk bir payda kazanmışlardır: bu bağlamda, "sifilofobi"den –frengiye yakalanma korkusu– ya da "kansere yakalanma korkusu"ndan söz edebiliriz. Günümüzde AIDS korkusu bir zamanların frengi korkusunun yerini almıştır.

2. Bedensel etkinliklerle ilgili fobiler. – Bedensel etkinliklere bağlı fobilerde bedeni etkinliklere sergileme ya da istenmeyen duyumlar başlatılması korkusu vardır.

Çok özel olan ve bazı yeniyetme kızlarda görülen fobilerden biri "insanların önünde yemek yeme" korkusudur. Bu tür fobileri olan genç kızlar için kalabalık içinde bir şey yemek gerçek anlamda büyük bir sıkıntıdır. Lise kantini bir işkence yeridir onlar için, orada hiçbir şey yememeyi tercih ederler ve yalnız kaldıklarında gayet güzel yedikleri halde iştahsız oldukları düşünülür bu tür takıntıları olan kızların.

Her iki cinste de görülen topluluk içinde konuşma, bir müzik aleti çalma, şarkı söyleme korkusu da genel bir konuşma etkinliği, sıkıntı yaratan bir kendini gösterme olgusuyla ilişkilidir.

Dans, yürüyüş, jimnastik (sözgelimi lisede) fobileri "dromofobiler" sözcüğü altında bir araya getirilen tüm hareket fobileriyle ilgilidir. Bu bağlamda, esas korku, hem genel hem denetimsiz olabilen cinsel uyarı dürtülerinin oluşabilmesidir. İp atlama ya da kaydırak oyunu gibi çeşitli etkinlikler sırasında, gizlilik döneminde ortaya çıkan duyumları konusunda kendini tatmin değeri algılaması bu fobilerin kökenleri olarak düşünülebilir. Bu hareket korkularının tamamlayıcı karşıtlıkları tamamlayıcı gezintiler biçiminde ortaya çıkar: jogging ve yaya yarışları ya da otomobil yarışları. Bazı yeniyetmeler kendilerini sıkıntılı hissettiklerinde "metroda dolaşırlar" ya da motosikletleriyle kilometrelerce yol yaparlar.

Tren, otomobil, otobüs ya da gemi gibi ulaşım araçları fobisi çoğu zaman denetimsiz hareketlerin etkisinde kalma, pasif bir durumda sallanma, savrulma korkusunu klostrofobiyle ilişkilendirir. Bu sıkıntı biçimi "ulaşım rahatsızlığı" etkenlerinden biridir. Freud'un çok rahatsız olduğu demiryolu fobisinden çok sık söz edilmiştir: "siderodromofobi".

Doğrudan doğruya bu şekilde tanınan cinsel duyumlar fobisine özel bir yer vermemiz gerekir (oysa, biraz önce değindiğimiz durumlarda dolaylı bir biçimde ortaya çıkmaları bilinçaltında korku yaratır). Toplum içinde penislerinin dikleşebileceği korkusu bazı yeniyetmelere çok sıkıntı verir; bazı erkek çocuklarda bir mastürbasyon fobisi vardır ve bu fobinin kökeninde sünnetle tedavi edilmesi gereken ve yeniyetmeliğe kadar süren penisbaşı derisiyle ilgili yapışıklık durumu vardır. Kimi idrar kaçırma durumları da bir mastürbasyon fobisiyle ilgili olabilir. Bazı kadınlarda endişe verici bir denetim yitimi olarak yaşadıkları bir orgazm fobisi görülür;

bu korku frijidite biçimleriyle –korkulan orgazmdan sakınmak için cinsel ilişkiden kaçma– ve cinsel ilişki sırasında tam bir doyuma ulaşamamaya bağlı doyumsuzluk biçiminde yansır ve bu durum kimi zaman normal bir cinsel ilişkiyi rahatlıkla sürdürebilecek kapasitede olmasına rağmen erken boşalmayla suçlanan ve bu doyumsuzluğun suçlusu gibi görülen erkek patneri de etkileyebilir.

IV. – Tahrik fobileri

Burada da, sakınma durumları doğurmasına rağmen, gerçek anlamda fobilerden çok takıntılı düşünceler söz konusudur. Tahrik fobisi insanın kendisini tehlikeli, kaba ya da uygunsuz bir hareket yapma zorunda hissetme düşüncesinden oluşur. Sözgelimi, Georges Duhamel'in bir roman kahramanı sürekli patronunun üstüne atılıp kulağını çekmekten korkar.

Tahrik fobilerinin en sık görüleni sivri ya da kesici aletler üstünde yoğunlaşır: bıçak, makas, yaralamaya ya da öldürmeye yarayabilecek aletler; ama, bu bağlamda, çarpıldığında yaralanmalara yol açabilecek masa ya da çeşitli mobilyaların köşeleri ve kenarları da söz konusu olabilir.

Baş dönmesi, "akrofobi", akrobatların aldırış etmedikleri ve ünlü bir filmle de (*Vertigo*[7]) ilişkilendirilen çok yaygın bir fobi biçimidir ve tahrik fobilerine yakındır. Sıkıntıyı belirleyen, boşluğa atılma duygusuna kapılma korkusudur; hareket ettiren eğilim, baş dönmesi ortaya çıktığında bacak-

7) Alfred Hitchcock.

larda hissedilen çok özel bir duyumla ortaya çıkar, bireyi hareketsiz kılabilir. Rahatsızlık özellikle serbest hareket eden bir bireyde ortaya çıkar ve sözgelimi uçak yolculuğu sırasında görülmez, buna karşılık, baş dönmesi hissetmeyen ve bir uçurumun kenarına yaklaşan biriyle özdeşleşme durumunda görülür.

Kötülük yapma korkusu, denetimsiz, sadik bir eylem düşüncesi çocuklara, hastalara ve bu bakımdan fobojen objeler olan yaşlılara göre genellikle önemli bir rahatsızlıktır.

V. – İnsan fobileri

1. **Çocuk fobisi ya da pedofobi.** – Çocukların fobojen objeler olmaları ya da olabilecekleri olgusundan hemen hemen hiçbir zaman söz edilmez. Burada, Annette Fréjaville'den[8] bir alıntı yapalım: "Fobojen obje olarak çocuk üstüne yazıların sınırlılığı karşısında büyük ya da da küçük hayvan fobileriyle ilgili literatürün bolluğu şaşırtıcıdır..." Bu yazara göre, bu fobik unsur, ailesinin bir çocuğa ilgi göstermesi bağlamında çok yaygın ve çok etkilidir. "Bir anne, üç aydan beri, oğlunun daha üç aylıkken kendisine vurduğuna ve başka bir kadının bebeğine sinsi bakışlar atmasından sonra kendisine sürekli sıkıntı verdiğine inanmaktadır. Görüldüğü gibi, bu fobik fantazmalar adeta bir işkenceye dönüşebiliyor: çocuğa düşmanca eğilimler mal ediliyor." Bu "düşmanca eğilimler", doğal olarak, anne düşmanlığı fan-

8) Le petit enfant comme objet phobogène. *Psychiatrie française*, no. 3, 1991.

tazmalarının tersine dönüşmesidir: bebeğime kötülük yapma arzusuna sahip olmaktan korkan ben değilim, o bana kötülük yapmak istiyor. Bu fobi bir "harikulade çocuk" kültü biçiminde tersine dönüşür. Cinsel imgelere ve çocukların cinsel uyarı hareketlerine, özellikle sadik arzulara önem vermek gerekir; sübyancılıkla ilgili fantazmalar hiçbir zaman kabul edilememiştir ve sakınma hareketlerinin ya da çocuklara karşı düşmanca davranışlara geçme eylemlerinin kökenlerini oluşturabilirler. Fobik sıkıntı hamilelik ya da evlat edinme düşüncelerini saf dışı edebilir.

2. Öteki insan fobileri. – Derin bir araştırma alanı olmayı hak eden çocuk fobisi insanlarla ilgili tek fobi değildir. Gerontofobi –yaşlı insan fobisi– çok sık rastlanan bir fobidir ama derisinin rengi, tavırları ve giyimi nedeniyle pek çok insan fobojen obje olabilir... Bu fobiler özellikle zararlı olabilirler, çünkü başkalarıyla özdeşleşmenin reddedilmesi unsurlarını, ötekilerden uzaklaşma durumlarını barındırırlar içlerinde ve toplumsal ilişki sıkıntılarının kökenlerini oluştururlar böylece.

İnsan fobileri daha zayıf olanlara karşı tahrik fobilerine bağlı olmadıklarında, onlara mal edilen otoriter ya da işkenceci bir yakınlık anlamıyla veya başka bir fobojenin özelliklerinin yol açtığı bir kimlik sıkıntısıyla ilişkilidirler. Bu kategori içinde yer alan insanlarla ilişkili bir fobi geliştiren kimse, artık sigara içenlere tahammül edemeyen eski bir sigara tiryakisi gibi davranabilir. Bu tür fobisi olan biri başkalarında kendisinin reddettiği bir şeyi görmeye tahammül edemez.

Bireysel planda eşcinsellik fobisi bu açıdan ele alınabilir. Şunu belirtelim ki, bu sözcük bir benzerlik, bir aynı olma fobisini ifade eder, oysa, pratikte homoseksüalofobiyi belirtir.

Psişik biseksüalite –yani bireyin her iki cinsten insanlarla aşk ilişkisine girebilme kapasitesi– bir kuraldır. Kişilik oluşumu her bireyi tercihlere, bir eğilimi bastırmaya ve ötekini açığa çıkarmaya götürür. Öteki cinsten bir cinsel objenin seçilmesi aynı cinsten insanlara karşı cinsel ilgiden uzaklaşmayı, ilgisiz kalmayı, onu reddetmeyi, bastırmayı ya da içe atmayı içerir. Bir başkasında farklı bir tercihin bulunduğunu görmek –bu bağlamda eşcinsellik– bireyin kimliği, çok zor geliştirilen tüm psiko-seksüel yapı için bir tehdit gibi yaşanabilir ve kendilerini "eşcinsel" olarak takdim edenlere karşı sakınma davranışları ya da saldırgan davranışlara yol açabilir. Bu açıdan bakıldığında, potansiyel olarak hepimizde eşçcinsellik fobisi vardır, aynı şekilde kendisinde eşcinsellik gören her birey potansiyel olarak bir "heterofob" (karşı cins fobisi olan) olabilir ve kimi zaman da bir karşı cins ya da karşı cinsten insanların cinsel organları fobisi nedeniyle eşcinseldir. Ayrıca, etkin bir eşcinsellik bir psişik eşcinsellik fobisinden hareketle oluşabilir: bir erkek kendisinde bir baba figürü etkisi görmeyi kabullenmekten, ona tabi olmaktan, onunla özdeşleşmekten korkabilir... Anneyle özdeşleşmek, bir kadına, ona benzeyeceği her durumdan kaçınarak reddetmesi gereken psişik bir adidiyet duygusu verebilir. Burada bireysel fobik tepki –"fobi" sözcüğünün sakınma tavırlarıya doğrulandığı– olan şeyi çılgınlık düzeyinde ve dahası bu tür bir birey kategorisine karşı gerçek

işkenceler şeklinde nitelenebilecek bir grup ideolojisi içinde örgütlenmiş olabilecek şeyden ayırmak gerekir. Dolayısıyla, sosyal anlamda eşcinsellik fobisi gerçek fobi düzleminde yer almaz. Bireysel bir endişeyle bir grup maçoluğunun birleşmesinden oluşmuştur. Eşcinsellik fobisiyle mücadelenin –sözcüğün sosyolojik[9] kabulü çerçevesinde– hedefi, eşcinselliğin bireysel reddinin kolektif oylumundan gelen sosyal bir dışlamanın gözden düşürülmesidir.

"Fobi" sözcüğünün bireysel davranışlarda sınırlı bir kullanımı vardır. Bu bağlamda, esasen, kolektif bir anlam taşıyan yabancı düşmanlığı fobi düzleminde yer almaz.

Aynı şekilde, psikopatolojik açıdan "Yahudi fobisi" sözcüğünün anlamı yoktur. Anti-semitizm bir kültürle tanımlanmış bir grubun saldırısına dayalı kolektif bir olgudur. Bir insan Yahudi ya da Yahudi olmayan bir apartman komşusuna karşı fobik davranışlarda bulunabilir ama kendisinde Yahudi fobisi olmayabilir; sadece anti-semittir. Anti-semitizmin sapkınlık ya da kolektif paranoyayla ilişkilendirilmesi bağlamında, her halükârda, fobik birinin sınırlı çılgınlığından çok uzak bir olgu söz konusudur.

VI. – Karma fobiler

Otomobil sürme, tamirat, entelektüel çalışma, okul gibi karmaşık etkinliklerden sakınmanın oluşturduğu fobiler kesinlikle söz konusu etkinliğin aldığı anlama, ama aynı za-

9) Bkz. D. Borrillo, *L'homophobie*, Paris, PUF, "Que sais-je?", no. 3563, 2001.

manda bu etkinliğin şu ya da bu unsuruna bağlıdırlar; zoofobilerin hemen hemen tümü aynı model üstünde inşa edilmişken, bu karmaşık fobiler bağlamında daha çok kişisel bir determinizm söz konusudur; daha önce tek tek ele aldığımız farklı fobilerin –agorafobi ya da klostrofobi, tahrik fobileri, aletlerden korkma vb.– bir araya gelmesinden oluşurlar.

Burada birleşik diyebileceğimiz fobiler söz konusudur. Sözgelimi, daha sonra gene döneceğimiz okul fobileri içinde bir yığın korku vardır: arkadaş grubu fobisi, öğretmen kişiliği fobisi, yol agorafobisi, entelektüel çalışma fobisi, sınıf klostrofobisi, bilgi fobisi, topluluk içinde aşağılanma korkusu, denetimli fiziki uygulama, ayrılık sıkıntısı...

Araba kullanmak evden çıkmayı ve toplum içinde örgütlü ve kodlanmış bir etkinliği gerekli kılar. Öte yandan, otomobil kullanmanın potansiyel bir tehlike içermesi sadik –birini ezmek– ya da mazohist –arabasına ya da kendine bir zarar vermek– fantazmalara neden olabilir. Bu bağlamda, araba kullanırken "hapse düşmekten" korkan –ve de bunun çekici olabileceğini hisseden– bir mübaşiri örnek gösterebiliriz... Burada, tahrik fobisi ve bilinçdışı suçluluk duygusu, deyim yerindeyse, aynı hücrede gayet uyumlu bir birliktelik içindedirler.

VII. – Psikofobiler

Gerçek anlamı içinde ele alındığında, fobi, her zaman, hiç kuşkusuz, dış dünyadaki bir unsurla yer değiştirmiş ama kesinlikle iç dünyaya ait olan bir "iç tehlike"yle ilişkilidir. Böylelikle, her fobi psişik bir unsurdan oluşur ve bir bakı-

ma psikofobidir. Bununla birlikte, dış dünyanın anlamlı bir unsuruna yansımaları söz konusu olmadığında görüntüler ya da fantazmalar karşısında örgütlenmiş, bütünüyle psişik sakınma durumlarının varlığının bulunduğunu görmek de ilginçtir.

Maurice Bouvet, "mesafe" tanımlamasında, bir analiz sırasında neredeyse fobik olan bu tür bir tavrı örtük biçimde tanımlıyordu. Hasta, seanslar sırasında, sıkıntı doğurabilecek herhangi bir konuya el atmaktan, sıkıntı doğuracak bir konuya yaklaşmaktan kaçınır: böyle bir tematiğin aktarımsal bir ifadeye dönüşmesi ve bilinçte ortaya çıkmasına yakın olma durumundan kaçınmadır bu. Bu hastalar bir tür çağrışımsal işleyiş, "serbest çağrışım" fobisi geliştirirler ve böylece korktukları imgeler ve duygulanımlarla karşı karşıya gelme riski içine düşerler.

Evelyne Kestemberg, düşüncenin ketlenmesinin bazı biçimleri karşısında "zihinsel işleyiş fobileri"nden söz etmiştir; Jean-Luc Donnet "Psikofob"[10] başlıklı bir yazısında önemli psikolojik sorunları iç dünyasının gerçek fobisine dayalı bir çocuğu anlatmıştır. Biz de onunla gerçek yaşamda ilişkiyi koparma riskiyle karşı karşıya kalmamak için bir aşk objesinin her türlü psişik içselleştirmesini saf dışı eden bireyleri anlatmak için "içselleştirme fobisi"nden söz ettik.

Bununla birlikte, sıkıntı korkulan tek duygulanım değildir. Nüansları olmayan global bir olgu söz konusudur ve daha farklı duygulanımlar ve duyguların ortaya çıkmasıyla

10) J.-L.Donnet, Le psychophobe, *Nouvelle Revue de psychanalise*, no. 25, 1982, s. 199-214.

ilişkili fobiler vardır: sözgelimi, erötofobide görülen utanma. Kimileri gözyaşlarından korkarlar ve bunun için kendilerini ağlatacak her şeyden sakınırlar ya da öfkeden ve gülmekten sakınırlar; bu grup psikofobi içinde yer alabilecek merhamet, şefkat fobileri de vardır. Bu *duygulanım fobisi* kavramı Christian David'in duygusal sapma kavramıyla birleştirilebilir.

André Green iç sakınma temelli bu psişik tavırları "merkezi fobik tavır"[11] kavramını getirerek kendine göre kavramsallaştırmıştır. Özellikle de "çağrışımsal sakınma"nın nasıl "bulanık bir süreksizlik" ve hastalarda analistte oluşturdukları karşıt aktarımsal zorluklarla birlikte bir "söylem parçalanması" getirdiğini gösterir.

11) André Green, La position phobique centrale, *Revue française de psychanalise*, c. LXIV, no 3, 2000.

III. Bölüm

FOBİ: HASTALIK BELİRTİSİ Mİ, HASTALIK MI?

Psikopatolojik sıkıntılar yelpazesinde fobinin yeri neresidir?

I. – Fobi ve nevroz

Genel olarak, psikopatoloji konusunda bir hastalık belirtisi ancak bağlamına göre ve bireyin düşüncesinde işgal ettiği yere göre değerlendirilir. Fobilerle ilgili olarak bunları ciddi psikotik rahatsızlıkları olan kimselerde bilinen –ya da normal– nevrotik oluşumlardan çok farklı klinik tablolarda saptayabilmek kolaydır. Fobi transnozografik bir yer işgal eder. Çocukta hastalık belirtisinin değeri fobinin yaşamına ve zihnine taşıdığı olası bozulmaların sonucudur ya da fobiden çok daha önemli olan zorlukları özümseme girişimidir.

Bununla birlikte, öyle yetişkinler vardır ki bunlarda fobi patolojinin esasını oluşturur adeta ve son derece doğal bir

biçimde nevroz çerçevesi içine yerleşir. Şunu da hatırlayalım ki, nevrozlarda rahatsızlık psişizmin sınırları içinde kalır ve başkalarıyla ilişkilere ve de dış gerçekliğin algılanması durumuna çok büyük ölçülerde yansımaz. Nevrozundan, kendi çelişkilerinden, sıkıntısının getirdiği sınırlardan rahatsız olan kişi hastanın kendisidir. Dolayısıyla, fobilerin çoğunda rastlanan bir durumdur bu ve "fobik nevroz"dan söz edilir bu koşullarda. Fobik nevroz nevrotiğin alanını oluşturan öteki iki rahatsızlık arasında yer alır: histeri ve takıntı nevrozu.

Histeride sıkıntı bedensel bir rahatsızlık belirtisinin oluşumu sayesinde kaybolur, fiziki bir belirtiye dönüşür – bir felç durumuna sözgelimi. Örneğin, "bedenselleşen histeri" durumunda, bu bağlamda endişe edilecek bir şey yoktur, hastalık belirtisi hastayı sıkıntısından kurtarır; Charcot "histeriklerin" sıkıntılarına karşı "olağanüstü ilgisizliklerinden" söz etmiştir. Buna karşılık, fobide, birey, sıkıntısı yüzünden tehdit altındadır; bununla birlikte, bu bağlamda, olumluluk payı önemlidir, çünkü bu rahatsızlığın ortaya çıkması özel bir koşula bağlıdır ve bu koşul ortadan kalktığında rahatsızlık da kaybolur. Freud fobide sıkıntının sürmesi olgusunu onu "sıkıntı histerisi" gibi tanımlayarak açıklıyordu. Ona göre, "sıkıntı histerisi" –fobi– bedenselliğe dönüşen histeri kadar yoğun olmayan sınırlı bir içe atma biçimini devreye sokar.

Fobi ve takıntı nevrozu ilişkisi farklıdır. Takıntı belirtisi öncelikle ölçüsüz bir yer alan bir fikirdir, bu takıntılı fikir bireyi bir davranışı yinelemek zorunda bırakır. Sözgelimi, temizlik takıntısının sonucu sadece temizlemek değil, özel-

likle durmaksızın yeniden temizlemektir. Kimi zaman kendi içinde anlamsız olan takıntılı fikir –sürekli ocağın kapalı olup olmadığını denetlemek– gücünü sadece yerini doldurduğu ve de arkasında varlığını sürdüren fikirden alır. "Bireyin unutmaya çalıştığı cinsel yaşamın gerçekten zor izlenimleri" söz konusudur. Birey sadece uzlaşmaz fikrin yerine aynı kalan duygusal bir içeriğe bağlı, uygun olmayan başka bir fikir koymayı başarmıştır."[1] "Takınakların anlamsızlığını açıklayan, bu heyecan durumuyla çağrışım düşüncesinin uyuşmazlığıdır."[2]

"Uyuşmayan" imgeyi dış dünyadan bir unsura yansıtan fobinin tersine, yer değiştirme, burada psişizmi içinde oluşur, sürüp giden sıkıntıya çare olmaz. Bireyi bu sıkıntıyı dağıtmak amacıyla sürekli aynı eylemlere zorlayan, sıkıntının sürmesidir: doğrulamalar, ritüel eylemler vb. Bununla birlikte, bazı fobilerde sıkıntı veren düşünce yansıtma yoluyla tam olarak uzaklaştırılamaz ve bu durum özellikle bedenle ilgili fobilerde ve özel bir bağlam içinde ortaya çıkan takıntılı düşünce karakteri taşıyan tahrik fobilerinde geçerlidir. Boşluğa atılma düşüncesiyle bağlantılı baş dönmesi, kesinlikle sadece yüksek bir yerde ortaya çıksa da, mutlaka takıntılı bir düşünceye bağlıdır.

"Fobik nevroz"la ilgili klinik tablo gerçeğe uygun bir ilişkiyi, aşk ve seks ilişkisi de dahil olmak üzere, başkalarıyla ilişkiye girme düzleminde normal kapasiteleri bir araya ge-

1) S. Freud (1895). Obsessions et phobies. *Névrose, psychose et perversion*, Paris, PUF, 1973 içinde.

2) *A.g.y.*

tirir. Sonuç olarak, patoloji büyük ölçüde fobiyle sınırlıdır. Bununla birlikte, bu ideal tabloya –örümceklerden korkan normal bir insan– çok sık rastlanmaz. Gerçekten de, bireyin yaşamı fobiyle ve fobojen durumu yok etmeyi hedef alan tavırlarla sıkıntıya girer. Fobiler hiçbir zaman tek başlarına var olmazlar ve fobi oluşturan olguya başka sıkıntı verici durumlar da eklenir. Freud'un üstünde durduğu bastırma mekanizmalarının eğretiliği fobojen durumla yüz yüze gelme durumundan taşan bir sıkıntıyla açıklanır. Bu sıkıntıyla mücadele yorgunluk durumuyla, bedenleşmelere uyumla, sürekli ilaç alma ya da alkol ve uyuşturucuya yönelme gibi durumlarla kendini gösterir. Başkalarıyla ilişkilerin niteliği hastalık belirtilerinin önemiyle ve bireyin yakınlarından beklediği ya da onların kendisinden beklediği güven talepleriyle yüklüdür. Öyle ki, fobik nevrozun psikiyatrik anlamda olumlu bir izlenim bırakması rölativize edilmelidir, çünkü bu bağlamda çok ağır durumlar söz konusudur: farklı, çok yoğun ve "pantofobiler"e kadar giden fobilerin bir araya gelmesi, psişik işleyişin öteki unsurlarıyla kesinlikle ilgili olmayan genel fobiler.

Dolayısıyla, güncel eğilim, daha çok, her fobiyi içinde yer aldığı bağlama bağlı olarak özel bir belirti gibi kabul etmektir. Ve psikanalitik nozografi denemelerinin her zaman çok sınırlı ya da düş kırıcı olması ve kendi içinde monografik bir yönteme dayalı psikanalitik girişimin patolojik durumlarla ilgili araştırmaları değil de her olayın özel biçimde incelenmesini ön plana çıkarmasıyla daha bir gerçeklik kazanmıştır bu olgu. Öte yandan, psikiyatride teşhis kavramının kendisi son derece yanıltıcıdır ve ancak bir hastalığın

bir sendrom (belirtilerin tümü), bir etiyoloji (bir neden) ve bir tedaviyle tanımlandığı tıp alanında aynı değere sahip olabilir.

II. – Fobi ve çağdaş psikiyatri

Psikiyatri alanında son yıllarda ilaç tedavileri büyük bir gelişme göstermiştir. Psikiyatride yöntemler açısından gitgide daha fazla "ilaçlar egemen olmaktadır". Psişik rahatsızlık belirtileri fiziki rahatsızlık belirtileriyle aynı biçimde tanımlanmıştır ve bu bağlamda soru ve anketlerle birleştirilmiş bir yaklaşım biçimi benimsenmiştir. Her durumun psikolojik açıdan kendi özel koşulları içinde anlaşılmasına yönelik araştırmalar epidemiyolojik bir yaklaşıma ve özellikle de çeşitli ilaçların etkisinin incelenmesine ve istatistik oluşturmaya yönelik değerlendirme ölçütlerine göre ikinci planda kalır. Günümüzde bu değerlendirme protokollerinin en yaygını DSM-IV'tür.[3] Bu bağlamda, Batı ülkelerinde yaygın biçimde kullanılan bir teşhis ve istatistik elkitabı söz konusudur ve bu elkitabı psikopatolojik bir yaklaşıma dayalı psikiyatri elkitaplarını gölgede bırakmıştır. Kendi araştırma alanlarında etkili olan bu yöntemler psişik rahatsızlıkların tüm insanlar arasında anlaşılması durumunu ikinci plana atarlar ve psikiyatriye bir insansızlaştırma olgusu getirme riski taşırlar.

3) *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (American Psychiatric Association).*

Psikanaliz açısından tanımı bu fobilerin hastanın zihninde bulunduğu düşüncesine dayalı fobiler bu tür anketlerde özellikle dolaylı bir biçimde ortaya çıkarlar: değerlendirilen şey sıkıntı ve bundan kaçınma yollarıdır. Sözgelimi, DSM-IV bir "sakınan kişi"nin varlığı düşüncesini getirmiştir; bu teşhisin konması için bireyin aşağıdaki belirtilerden en az dördünü göstermesi gerekir:

- Birey eleştirilmekten, kabul görmemekten ya da reddedilmekten korktuğu için başka insanlarla önemli ilişkiler gerektiren mesleki sosyal etkinliklerden kaçınır.
- Sevildiğinden emin olmadıkça başkalarına karşı çekingen davranır.
- Mahçup olma ya da gülünç düşme korkusuyla samimi ilişkilere pek girmez.
- Sosyal çevrelerde eleştirilmekten ya da reddedilmekten korkar.
- Kendisini aynı düzeyde görmediğinden yeni insan ilişkileri kurma duygusunu bastırır.
- Sosyal olarak yetersiz bulur kendini, çekici olmadığını ve başkalarından aşağı olduğunu düşünür.
- Sıkıntı çekeceği korkusuyla kişisel olarak riske almaktan ya da yeni faaliyetlere girmekten özellikle kaçınır.

"Panik atak" ifadesiyle anlatılan, aynı zamanda, esasen bedensel belirtilerle ilişkili, aynı düzlemde soruların rol aldığı bir durumdur: taşikardi, boğulma duygusu, titreme vb. Bu bağlamda, söz konusu kategoriye dahil edilmek için, en azından on dakika içinde dört belirti göstermek gerekir.

Kesin biçimde adı konmuş bir fobiye dayanan bir varyant vardır: "agorafobiyle birlikte panik sıkıntı". Ayrıca, "sosyal fobiler" de vardır. Bunlar "bir ya da birçok sosyal durum ya da performansta kalıcı ve yoğun korku"yla tanımlanırlar; belli birimlerle ve ölçütlerle belirginleştirilmiş bir tanım. Sözgelimi: sosyal fobi teşhisinin konabilmesi için rahatsızlık süresinin en az altı ay olması gerekir. Bu yaklaşımın özelliği kesinlikle ve sadece istatistiksel ve değerlendirme amaçlı olmasıdır; bu bağlamda, muayene eden kişi açısından bireyle ilgili tüm kişisel anlayışlar saf dışı edilmiştir, öyle ki, özellikle bu anketlerin doldurulmasına yönelik konuşmaların zararsızlığı sorgulanabilir: bilinçli olarak *anlamsız* olmak isteyen bir psikiyatridir bu.

Psişik rahatsızlığın tıbbi modele indirgenmesi bu tip bir girişim içinde çok açık seçiktir ve psikiyatrik olgunun özelliğini yadsıma eğiliminde olan daha genel bir hareketin parçasıdır; onu fizyolojik, sosyal ya da yaşamsal modellere indirger.

IV. Bölüm

ÇOCUKTA FOBİNİN OLUŞMASI VE GELİŞMESİ

I. – Yabancı sıkıntısı

En azından gözlem açısından ilk fobik tepki Spitz'in tanımladığı "sekizinci ay" denen sıkıntıdır. Bebeğin yabancı bir yüz karşısındaki bu negatif tepkisi aslında sekizinci aydan çok önce ortaya çıkar. Burada, bu tavrın, onu terk edilmeye ve terk edilmeyle ilişkili olabilecek bunalım durumlarına bağlı çok yoğun sıkıntı durumlarından ayıran bazı özellikleri bulunması ölçüsünde fobiden söz edilebilir. Gerçekten de, çocukla ilgili olarak, çocuğun gördüğü her yüze gülümsediği bir ilk dönemden sonra, annesinin yanında ortaya çıkabilecek bir durum söz konusudur bu bağlamda. Daha sonraki fobileri anımsatan sakınma hareketleri içerir bu durum. Çocuk yabancı bir yüz karşısında artık gülümsemeyle değil, farklı olumsuz tavırlarla tepki verir. Sadece yere bakabilir, eliyle yüzünü saklayabilir, yüzünü annesinin giysilerine gö-

mebilir, başını çevirebilir, hatta ağlayabilir ya da bağırabilir. Bu tepki anne yüzü ve başka bir yüz arasındaki farkı algılamanın bir sonucudur. Fenomenolojik düzlemde kesinlikle bir fobi söz konusudur: saldırmayan –hatta açıkça iyi niyetli– birinden korkma ve korkmayla birlikte sakınma hareketi. Ayrıca, çözümü olmayan bir tartışmada Bowlby'nin düşündüğü gibi,[1] söz konusu olan şey doğuştan gelen bir korku mudur yoksa endişe verici bir iç objenin yeni yüze yansıtıldığı ve böylelikle analık objesinin karışık olmayan karakterinin korunduğu ilk fobik mekanizma mıdır? Bu durumda, bir ilk yansıtma ve ilk fobi söz konusu olacaktır, dolayısıyla bir insan fobisi... Bu tezi (René Diatkine'in de desteklediği) destekleyebilecek olan unsurlar çocuğun tepkisinin göreli ayrıntılı karakteri ve yeni yüze alışabilme olgusu ve, sonuç olarak, özellikle yabancı ve çocuk arasında öncelikli olarak bedensel bir ilişki kurulabildiğinde bu yüzle pozitif anlamda ilgilenmesidir. İlk yabancı ve ilk fobi objesi olan baba, böylelikle, ilişkinin pozitif biçimde dönüşebileceği ilk insandır. Bütünüyle genetik olarak programlanmış doğuştan bir tepkiyi değil de kazanılmış bir psikolojik mekanizmayı destekleyen unsur da bu tepkinin ortaya çıkmama ya da çok geç ortaya çıkma olasılığıdır: çocuğun gelişmesi bağlamında negatif bir semiyolojik değerdir bu (erken otizmde görülebilen bir durum).

Yabancı karşısında duyulan ilk sıkıntı bir kez geçtiğinde, çocuğun yabancılar karşısındaki tepkileri, algıladıklarına ve düşündüklerine göre seçici olur.

1) John Bowlby'nin getirdiği bağlanma teorisi perspektiflerini daha sonraki sayfalarda ele alacağız.

II. – Gece korkusu

Gelişme sırasında ortaya çıkan fobiler genellikle gece korkularından sonra görülür. Bu geçiş çeşitli araştırmacılar tarafından gözlemlenmiştir. Burada, Jean Mallet'nin görüşlerine katılıyoruz.[2] Gerçek fobilere göre gece korkularına dayanan bu tezin önemi, psişizm içinde ortaya çıkan bir olayı öne çıkarması ve çocuğa bir fobinin kökeni gibi aşılanmayan bir dış "travma"nın hatırlatılmasıyla ilişkili olmamasıdır. Gece korkusu ve fobi arasındaki klinik sürekliliğin saptanması olgusu fobinin anlaşılmasına bir tutarlılık kazandırır.

Genellikle 18 ay ve 2 yaş arasında ortaya çıkan gece korkusu bir *iç travma*ya tanıklık eder, yani psişik bir uyarılmanın yükselmesi ve çocuk zihninin bunu tedavi etmek amacıyla yararlandığı olanaklar arasındaki kopmadır. Uyarılmanın kendisi bağlamında bir taşma söz konusudur ve bu taşma psişik işleyişin sürekliliğini kesintiye uğratır. Çocuk ansızın uyanır, bağırır, yardım ister, kucağa alınmak ister –çocuğun düşme duyguları içinde olabileceğini düşündüren bir talep– ve kullandığı sözcükler yenip yutulma korkuları içinde olduğunu gösterir. Çocuk daha sonra "kurt, kurt" diye bağırır: fantazmatik parçalanma imgesidir bu ve zoofobi değildir, çünkü hayvan olarak kurtlar yoktur kreşlerde henüz.

"Bu gece korkularının az ya da çok doğal sonucu, gece sıkıntıları, ıssız plaj fobisi, gizli yerler fobisi ve bireyin arkasındaki bir yer fobisi içeren ilk fobi dizisinin ortaya çıkışıdır," diyor Mallet. Mallet'ye göre, sıkıntının ortaya çıkma koşul-

2) J. Mallet, *a.g.y.*

ların yaratan, öncelikle duyumsal, görsel uyarıların seyrekleşmesidir: "(...) Ortalık karardıkça olgu güçlenir." "Çocuğun kaçmaya çalıştığı her an asgari bir görsel etkinlik uygulayabilmekten kaçmaya çalışmasıdır." Korku, görsellik dışında duyumsal bir etkinlik uygulamasıyla (sözgelimi gürültü yapmak, yatakta sallanmak) ya da çocuk karanlıkta tanıdık bir ses duyduğunda güçlenir. "Birisi konuştuğunda hava aydınlanıyor," der Freud'un konuşturduğu çocuklardan biri. Bu iki yatıştırıcı duruma daha sonra döneceğiz: bir yanda duyumsal alan, görsel bir *etki* arayışı; öte yanda, burada dille yansıtılan ve bir *tatmin* deneyiminin hatırlatılmasını sağlayan düşünceler alanı.

Çocuklara sunulan kültürel gereç, sıkıntının üstesinden gelindiği, kurdun öldürüldüğü ve büyükannenin kurtulduğu masal ve öykü kâbusları temelli görüntülerin yaratılmasına yardımcı olur. Mallet'nin belirttiği gibi, canavar figürü yabancı figürünü ve parçalanma temalarını yoğunlaştırır. Kâbuslarda görülen boa yılanı parçalanma, boğulma, cinsel uyarı ve bağımlılık temalarını yoğunlaştırır.

Schnurman'ın *Hampstead Nursery* çerçevesinde gözlemlenmiş bir örneği bu gece korkusundan zoofobiye geçişi çok güzel yansıtır:[3] "İki buçuk yaşındaki Sandy gece uyuduktan çok kısa bir süre sonra bağırarak uyandı. Yatağında bir köpek olduğunu söylüyordu ve onu ancak aradan epey bir süre geçtikten sonra yatıştırabildiler. Ertesi günden başlayarak yatağında çok korktu ve daha sonra da sokakta köpek-

3) 1949'da *Psychoanalytic Study of the Child*'da yayınlanan olay, Allan Compton tarafından aktarılan örnek: The psychoanalytic view of phobia, *The Psychoanalytic Quarterly*, c. 61, no. 2-3, 1992.

lerden korkmaya başladı, çok uzak mesafede bile olsa bir köpek gördüğünde paniğe kapılıyordu. Ancak bir ay sonra bu problemler çözüme kavuşturulabildi."

Dolayısıyla, henüz çok kırılgan düşünceler ağında tutulması mümkün olmayan ve onu ifade eden fantazmagorik bir figürasyondan hareketle açıklanan kurt ve sıkıntının gerçek hayvanlara (komşunun kedisi, sokağın başındaki iri köpek) aktarılması ilk zoofobileri oluşturur: "(...) Ancak gece korkusundan sonradır ki bu objeye *iç dünya*dan gelen, fobik özlü gücül bir imge eşlik etmiştir." Gece korkusundan gelen fobi bir düzenleme yolu, hatta bir çıkış yolu sunduğu bir iç tehlikeye göre çok iyi düzenlenmiştir. Tecavüz düşüncelerinin parçalanma, yenme görüntülerinin yerini aldığı küçük havyan fobileri öncesinde iri vahşi hayvan fobileri vardır. Belli bir açıdan bakıldığında çocuk fobilerinin doğal evrimi farklı erojen bölgelere gösterilen ilgi ve Winnicott'un "işlevin düşsel gelişimi" olarak tanımladığı kavramla oluşan kısmi itkilerin gelişme ve düzenlenmesi evrimini izler.

Çocuk, yeniyetme ya da yetişkin fobisini klasik anlamda başlatan sıkıntı nöbeti –fobinin başlatıcısı olarak kabul edilen panik atak– gece korkusuyla eşdeğer kabul edilir, yani tahrik ve onun bir şey olabilmesi için gerekli psişik araçlar arasındaki kaymaya bağlı bir iç travma durumu gibi görülür, dolayısıyla fobik yer değiştirme olgusu gündeme gelir. Moses ve Eglé Laufer[4] tarafından anlatılan yeniyetmelikte "gelişme

4) M. ve E. Laufer, *Adolescence et rupture du développement. Une perspective psychanalitique*, Paris, PUF, "Le Fil rouge", 1989. "Travma", bu yazarların anlattıklarına ve İngilizce *breakdown* sözcüğüyle ifade ettikleri çökme, kırılma, bozulmaya kopmadan daha uygundur.

travması" bu düzlemde yer alır ve yaşamın bu dönemindeki sıkıntı nöbetlerinin sıklığını ve bu bağlamda gelişen fobik ortamı açıklar.

III. – Fobilerin aile potası

Çoğu zaman, gelişme sırasında ortaya çıkan "küçük fobiler" çocuğun psişik olanaklarının zenginleşmesiyle kaybolur ve çocuğun bedensel yeteneklerini fethetmesiyle bunların nedenleri de ortadan kalkar. Bu gelişmede aile ortamının rolü kesinlikle önemlidir, fobilerin yerleştiği ve sıkıntı verdiği olumsuz gelişmelerde de ortaya çıkar bu rol. Ama burada tek bir nedensellik söz konusu değildir ve çocukların ailelerinin karakteristikleri de söz konusu değildir. Bir fobinin ortaya çıkmasını –ya da, daha doğrusu, yerleşmesini– ve çocuğun çatışmalarının psişik gelişmesini sıkıntıya sokabilecek her şey itkisel sisteminin aşamalı gelişmesi ve psişik işlevlerinin sürekliliğiyle kolaylaştırılır. Küçük Hans'ın annesi kendisini çok tahrik ediyordu, yasaklayıcı ve teşvik edici rolü annenin ilgisini dengeleyemeyen babanın yokluğu durumunda başka biri gibiydi... Her şey mümkündür: çok erken dönemde başlayan ve çok titiz bir temizlik eğitimi, ensest fantazmalarına karşı savunmaya geçen ailelerde şefkate ket vurma, çocuğunun gelişme etkinliklerine destek olamayan annenin depresif hareketleri vb.

Klinik gözlemlerde, bir çocuk fobisinin ortaya çıkışında temel ya da birincil bir koşul olarak bir duygusal güvensizlik ortamının sıklığı görülür. Anneden ani biçimde bir ayrılış,

annenin sık sık ayrılması, bir kardeşin gelişi. Çocuğun ilişkisel dokusunun öğrütlenmesini bozabilecek her şey ve devreye soktuğu duygusal denge sisteminin belirgin özelliği bir sıkıntıyı ve olası bir fobi durumunu destekler.

Başka ama bir fobinin oluşmasında ve yerleşmesinde belki daha fazla rol oynayan bir etken de çocukta görülen sıkıntı ve ana ya da babada ama çoğu zaman anada görülen fobik işleyiş arasında bir yansıma biçimidir... Bu durumda, çocukta görülen hastalık belirtisi çok fazla endişelendirir ve aşırı korumacılık ya da karşıt fobi özellikleri taşıyan aile tepkilerine yol açar. Yayınlanan klinik örneklerin tümü, ana baba ve çocuk arasındaki fantazmatik ilişkilerin karmaşıklığını gösterirler.

Gerçek anlamda bir travma deneyimi, çocuğun boyun eğdiği, tanımlanabilen, etkileyici bir olay da bir fobi oluşumunun kökenlerini oluşturabilir ama bir fobinin her türlü dış travma dışında yerleşebileceğini ve sadece psişik yapının dengesindeki bir iç kopmaya denk düşebileceğini bilmek de önemlidir.

IV. – Fobinin yetersizlikleri

Dış dünyadaki fobojen bir obje üstünde iç tehlikenin fobik yer değiştirmesi doğal olarak olası bir sakınma oluşturmak gibi bir avantaja sahiptir. Ama dış dünyayla özel bir ilişki biçimi bir tür sürekli gözetim içerir ve bu objenin ortaya çıkma riskini gizleyebilir: korkulan takıntılı obje ya da durum düşüncesinin olmadığı bir fobi yoktur. Buradan gelen bir var

olma biçimi, tüm etkinliği, yoğun olduğu takdirde fobiye bağlar. Ayrıca, çoğu zaman fobojen objenin bir araştırma biçimi de gözlenir, aynı şekilde, "uyanıklık durumunda hipnik travmayı (gece korkusu) yineleyen bir eğilim" vardır.[5]

Fobinin oluşturduğu psişik yapı aslında çok yüzeysel, işlevsel düzlemde çok eksiktir ve bir sıkıntı, endişe, korku alanını, neredeyse sürekli bir gözetim etkinliğini, sıkıntının ortaya çıkış koşullarını, öteki olası ilgi alanlarının tersine, oluşan ilgiyi sürdürür. Fobinin doyurucu olmayan bir özelliği, bir fobinin asla tek başına bulunmamasının nedenlerinden biridir. Öte yandan, genel olarak sıkıntı kendisini tedavi etmek isteyen sistemi aşar ve bu sıkıntının bir bölümünü başka bir fobojen objeye yansıtmak ya da yeni bir çıkış yolu bulmak gerekir ona. Fobi –ya da en azından temel fobi– aksesuvarlar kortejiyle çevrilidir. Güvercinlerin fobik çocuğu ayrıca atlıkarıncalardan ya da tüylerden de, dışarı çıkmaktan da korkacaktır, gece uyanacak, tavuk yemeyecek, yatağına işeyecektir bazen...

Uyarı akışından yararlanmaktan çok, onların yerlerini değiştiren fobi ilkesi, ilgiyi gerçek anlamda belirlemez ve sıkıntıyı askıda bırakır; fobojen duruma egemen olma, ondan kaçmak gerçekleşmiş olsa bile her zaman belirsizdir. Sıkıntının geri kalanı psişizme ama aynı zamanda heyecan yansımalarıyla bütün bedene aşırı yük bindirir: ter, bedensel gerilim, altına işeme... Hareket alanı da dahil olmak üzere bedene egemen olmayı zorlaştırır.

5) J. Mallet, a.g.y. Tendance évidente dans l'intérêt pour le cinéma d'horreur.

Psişizm sıkıntıya karşı kısa süreli yöntemlere baş vurmak zorundadır: saldırgan tavırlar, hareketlerde dağınıklık, titremeli parmak emme... Fobi çok yoğun olduğunda, çatışmaların psişik gelişmesinde göreli bir boşluk oluşur. Bu, fobik oluşum ve psikosomatik patolojiyi birbirine bağlayan noktadır: fobik bireylerin psişik durumlarının istikrarsızlığı onları psikosomatik düzensizliklere ve somatozların ortaya çıkışına karşı kırılganlaştırır.

Savunma biçimi olarak bu fobi sakatlığı en belirgin biçimde okul fobilerinde görülür. Günümüz toplumunda gitgide önem kazanır gibi olan bu hastalık belirtileri incelemesinin yaygınlaştığını da belirtelim.

Şematik anlamda okul fobisiyle ilgili olarak iki alanın varlığından söz edilebilir: Melitta Sperling'in[6] modeliyle Serge Lebovici ve Annick Le Nestour'un[7] modeli.

"Basit" okul fobisi, geçici olarak okulu reddeden ya da daha önce memnuniyetle kabullendikleri okula gitmekten hoşlanmayan çocukların davranışlarını belirtir ve bu bağlamda öğretmenlerle ya da arkadaşlarıyla açık bir çatışma da söz konusu değildir. Melitta Sperling bu olguları çocuğun ana-babasıyla ilgili bir takıntısıyla açıklamıştır: ana-babasının gitmesinden ve yokluğunda onların başlarına bir şey gelmesinden korkar. Kimi zaman sıkıntıya neden olan annenin hastalığıdır ve çocuk "annesini bırakmak" istemez. Burada, okul sadece okula gitmenin gerektirdiği ayrılık ol-

6) M. Sperling, School phobias: Classification, dynamics and treatment, *Psychoanalytic Study of the child*, 22, 1967, s. 375-401.

7) S. Lebovici, A. Le Nestour, A propos des phobies scolaires graves, *La Psychiatrie de l'enfant*, c. 20, no. 2, 1977, s. 383-432.

gusu nedeniyle reddedilmiştir. Sıkıntının giderilmesi için kimi zaman sadece bir muayene ya da birkaç konuşma yeterlidir.

Ağır okul fobileri tablosu ise çok farklıdır. Lebovici ve Nestour'un belirttikleri gibi, bu durumda çok derin bir okulu reddetme düşüncesi söz konusudur. Bu olgu, hiç kuşkusuz, bazı ailevi durumlar sonucu da ortaya çıkabilir ama genel olarak böyle bir çocuğu okula göndermek hiçbir zaman kolay olmamıştır. Çeşitli nedenlerle –gerçek ya da önemsiz hastalıklar– sık sık dersleri kaçırır, geç kalır, ipin ucunu kaçırır ve mutsuz bir öğrenci gibi gözükür. Okulu reddetme olgusu bir kez yerleşince radikalleşir. Hiçbir çaresi yoktur bunun, bu tür bir fobiye yakalanan çocuk derin, anlamsız sıkıntılar duyar, ağlayabilir, çığlıklar atabilir, her an dövüşmeye hazırdır ve ana-babasıyla da kavga eder; kendisini okula göndermemeleri şartıyla olası tüm kötü muamelelere dayanacaktır. Eviyle okulu arasındaki 500 metrelik mesafe için içinde soyunduğu bir taksi tutan bir çocuk hatırlıyorum.

Bu tür davranışlar fobik unsurlarla ilgili çağrışımlara denk düşer ve psişizmden daha derin bir sapmayı yansıtır. Aşırı sıkıntı tipi bir kişisizleşme durumunu hatırlatır: Bion'un deyişiyle "ne olduğu belli olmayan" bir sıkıntı. Ana-babadan ayrılma, onları kaybetme sıkıntıları, agorafobik yol sıkıntısı, çocuğun kendisini bir yere kapatılmış hissettiği okul klostrofobisi, arkadaşlarıyla arasındaki sosyal ilişkiler fobisi bir araya gelir... Yoğun biçimde ve safça ifade edilen ağır okul fobisi olduğu gibi kabullenilir: ağır bir kişilik bozukluğudur bu. Bu çocukların klinik muayeneleri sonucu çok özel bir psişik kırılganlık, psikotik düzeyde bir sıkıntı, orta-

ya çıkan çatışmalar ve düşünce düzeyinde ağır bir boşluk görülür; coğu zaman büyük bir psikosomatik kırılganlık söz konusudur. Burada, fobi, en küçük bir koruyucu değere sahip olmak şöyle dursun, karışıklık yaratan bir kısır döngüdür. Ama özellikle zeki çocuklarda okul fobisinin yetenekli çocuğu boğan ve yaşamını bir drama çeviren "okul sıkıntısı" maskesi taktığı da görülür. Ağır okul fobilerinde sık sık görülen anneyle bilinçdışı bir suçortaklığı burada narsisist değer taşıyan bir doğrulama bulur. Bu bağlamda, çoğu zaman anneler de fobiktir ve bazen çocuklarının endişelerini çok iyi anlarlar ve onların evdeki varlıklarının kendileri için karşıt fobik etkisini önemsemezlik etmezler. Tabii ki, dünün "üstün yetenekli" ve bugünün "erken gelişmiş" çocuklarının okul fobisinden farklı özel sorunları vardır ama yetenekli bir çocukta görülen okul fobisine bakıp onun erken gelişmiş bir çocuk olduğuna hükmetmemek gerektiğini hatırlamak yararlı olabilir.

V. – Çocuk fobilerinin oluşması

Çocuk patolojisi ve daha sonra yetişkinlikte ortaya çıkabilecek olan patoloji arasında bir bağlantı olmadığını hatırlamak yaygın bir düşüncedir. "Küçük Hans" gibi atlarla ilgili fobisi olan bir çocuğun mutlaka fobik bir yetişkin olacağı söylenemez. Namı diğer Herbert Graf ve Gustav Mahler'in vaftiz oğlu, "yaman küçük Hans"a gelince, o bir opera yönetmeni olmuş ve yetişkinliği sırasında çeşitli dönemlerde depresyon sıkıntıları çekmiştir; çocukluk fobisi ise muhte-

melen bir jinofobi olmuştur, çünkü çeşitli tanıklıklara göre kadınlardan her zaman çekinmiştir.

Gelişme döneminde ortaya çıkan hemen hemen tüm sıradan fobiler psişik mekanizma geliştikçe kaybolurlar ve psişik tahriğe egemen olmanın başka yollarını bulurlar. Her fobinin kendi özel yazgısı olabilir: bir olayda yüceltme, başka bir olayda takıntı belirtisi ya da toksikomanyak alışkanlık.

Birçok şey gizlilik döneminde gerçekleşen psişik gelişme etkinliğine bağlıdır ve uygun koşullarda yeniyetmeliğin yeniden düzenlemelerine yaklaşabilme ya da yaklaşamama sonucunu getirir.

Gene birçok şey ana-babanın fobik çocuğuna karşı tavrına bağlıdır. Bu bağlamda, fobi başkalarından yardım ister ve "ikincil yararlar"ın gelişmesi sonucunu getirir. Fobinin ilk yararı fobik yer değiştirmenin getirdiği sıkıntının azalmasıdır ve bu da çocuğun kendisinin getirdiği çözümdür; ikincil yarar ya da yararlar çocuğun dile getirdiği sıkıntıya ana-babanın verdiği karşılıktır. İdeal anlamda çevreden gelen en iyi cevap çocuğun çatışmalarının psişik oluşum koşullarının desteklenmesiyle ilişkilidir: aşırı cinsel uyarı kaynakları oluşturabilecek her şeyi hafifletmek, çocuğa hissettiği şeylerle ilgili konuşmalar yapmak, ona fobik temaları biçimlendiren masallar ve öyküler anlatmak, çocuğa korku veren durumlarla ölçülü biçimde yüz yüze gelerek eşlik etmek, birtakım küçük düzenlemeleri bir gece lambası gibi gözlemek ve onları sabırla beklemek, fobilerin "sevgiler"e dönüşmesini desteklemek vb. Esas olan, çocuğun anlaşıldığını ve desteklendiğini hissetmesidir ve aptalca korkacağı, kendisinin hissettiği narsisist yaranın ya da aşağılanmanın aile

içindeki konuşmalarla ya da yaralayıcı eğitsel önlemlerle artmamasıdır.

Ama çocuk fobilerinin fobik bir aile ortamında güçlenip gelişmesi ve özellikle de sürmesi sık görülen bir durumdur. Fobik rahatsızlık belirtilerinin incelenmesi ana-babanın fantazmatik sistemiyle çakışır ve aynı problemi kendilerine göre tedavi etme biçimini yeniden tartışmaya açar. Fobik kalan ana-babalar çok anlayışlı bir tavır içinde olabilirler ve çocuğun fobisini aşmasına yardımcı olabilmesi için çocuklarınınkinden daha gelişmiş olanaklara sahip olamayabilirler. Çocuklarıyla, sözgelimi, bilinçsiz bir biçimde destekledikleri ya da çok iyi tolere ettikleri sakınma biçimleri aracılığıyla belli bir işbirliğine gidebilirler. Fobik bir çocuk annesi tarafından fobik karşıtı bir obje gibi seçilebilir. Bir anne kızının kendisine verdiği karşıt fobik obje rolünü oynarken aşırı bir zevk duyabilir. Ortak fobik hareketler ailevi, genelleşen olumsuzluktan sorumlu tutulan fobojen bir obje –sözgelimi öğretmen– üstünde ortaya çıkabilir ve yoğunlaşabilir.

Yeniyetmelikte çok tipik fobilerin –sözgelimi, küçük hayvanlar– sürdüğü ya da ortaya çıktığı görülebilir ama yeniyetme genellikle eski fobilerini göstermez artık ve bunları kendisinden bile saklar. Öte yandan, yeniyetmelikteki çalkantı psişik sistemi kırılganlaştırır ve bundan böyle gitgide daha sık biçimde tek tek ve yetersiz bir hazırlık düzeyinde görülen birçok sosyal durumdaki yenilik sıkıntı durumlarını artırır ve sakınma sistemlerinden yararlanmayı güçlendirir. Bazen yoğunlaşan ve pek iyi anlaşılamayan, şu ya da bu durumla, özellikle de insan ilişkileriyle ilgili çokbiçimli bir tür fobik durum söz konusudur. Aslında, belli bir dış objeden

bağımsız olarak duygulanım ya da sıkıntı veren düşüncelerden sıyrılmayı hedef alan psikofobiler (daha önce gösterdiğimiz gibi) söz konusudur; bu "biçimsiz" yeniyetmelik fobileri yoğun ketlemelerin, dolaylı ve kötü bir biçimde ortaya çıkmasını engellemek istedikleri bir iç unsurun bulanık fobik karşıtlıklarının temelini oluşturur.

Yetişkinde çocuk fobisinin sürmesi mümkündür: Mallet'ye göre, fobi "bu durumda belirsizlik içinde varlığını sürdürür, teorik olarak kısmi bir boşalma, kısmi bir kaçış ve kısmi bir egemenlik içinde ayrıştırılması mümkündür". "Birey, bilinçli bir tavırla fobojen bir durumu saf dışı etmeye çalışır ama bilinçsiz bir tavırla da arar ve yinelemeyi de başarır onu..." Birey, bir biçimde, fobisine bağımlı olur, fobisiyle zehirlenir. Böyle durumlarda fobi açık seçik bir biçimde "var olmamış olan itkisel bir tatminin yerini alır"[8] ve erotize olmuş, genellikle sapkın bir cinsellikle birleşmiş cinsel yaşam içinde yer almış gibi görünür. Çocuklardaki ağır okul fobileri vakalarına gelince, genellikle uç durumlarda –bir psikoz yoksa ortada eğer– çeşitli suçlar ya da uyuşturucu bağımlılığı sorunu çıkar ortaya.

8) S. Freud, bkz. s. 60'taki not.

V. Bölüm

FOBİNİN PSİKOPATOLOJİSİ

Fobilerin anlaşılmasında daha ileri gidebilmek için fobilerin psikopatolojisi sorununu kendi içinde ele almamız gerekir. Gece korkusunu fobinin matrisi gibi düşünmek psikopatolojik bir tavırdır. Tahrikten, yansımadan, yer değiştirmeden söz etmek geliştireceğimiz psikanalitik perspektif içine yerleşmenin bir biçimidir.

I. – Klasik psikanalitik anlayış

Psikanalistler, örtük ya da belirtik olarak, genellikle Freud'un *Ketvurma, Hastalık Belirtisi ve Sıkıntı*'da anlattığı fobi teorisine baş vururlar: daha önce "Küçük Hans" ve "Kurtlu Adam" olgularından hareketle geliştirilmiş yineleme, gözden geçirme ve yeniden formüle etme. Burada fobi bir hastalık belirtisi olarak düşünülmüştür: "Hastalık belirtisi gerçekten var olmayan itkisel bir tatminin işareti ve onun

yerini tutan bir şeydir, içe atma sürecinin sonucudur."[1] Freud genel olarak bu hastalık belirtisi tanımını fobiye uygulamaya çalışmıştır ancak burada saptanan bastırma mekanizmalarının zayıflığı nedeniyle pek mümkün olmaz bu.

"Küçük Hans" bağlamında, at fobisi bütüncül anlamda belirsiz değildir, onda "belli bir olayın sıkıntılı bekleyişine (at ısıracaktır kendisini) denk düşer. Bu fikir "yürekten sevilen babaya karşı Oidipusçu kıskançlık ve düşmanlık tavrına" bağlıdır: karşıt değerler çatışması, aynı kişiye yöneltilen sevgi ve nefret. Hans'ın fobisi bu çatışmaya bir çözüm denemesi olacaktır. Freud fobinin anlaşılmasında önemli bir noktaya işaret eder: fobik çocukta çatışmanın "tepkisel oluşumuyla bastırma" yoktur. Bu tür bir bastırma olgusu, sözgelimi, babanın şevecen ilgisinin güçlenmesiyle ilişkili olabilir: bu ilgiyi "tepkisel oluşum" içinde oluşturmak, kendisine karşı düşmanca davranışı bilinçten atmak, yeterince uzaklaştırmak. Dolayısıyla, Hans'ın başka bir çözüm bulması gerekir. Öte yandan, Freud'a göre, Hans eğer babasından sıkıldığını gösteriyorsa bunda şaşırtıcı bir şey olamaz ve nevrozdan da söz edilemez bu bağlamda: "Aslında, tek bir özelliktir nevrozu oluşturan, atın babaya dönüşmesi. Bu yer değiştirme sonucu hastalık belirtisi denebilecek şey oluşur ve bu yer değiştirme, öte yandan, tepkisel oluşum desteği olmaksızın karşıt değer çatışması çözümünü getiren mekanizmayı oluşturur." Aslında, karşıt değer çatışması çözülmemiş, yön değiştirmiştir: itkisel eğilimlerden biri bir ikame objeye dönüşmüştür.

1) S. Freud, *Inhibition, symptôme et angoisse*, Fra. çev.: M. Tort, Paris, PUF, 1973.

Freud fobinin gerçek anlamda cinsel içeriğini ısırma düşüncesinden hareketle onu analiz eder: psikanaliz deneyinden şunu öğreniriz: "baba tarafından ısırılma, cinsel erotizm anlamında obje olarak baba tarafından sevilme arzusunu gösteren, pasif, şefkatli davranışın gerilemesiyle ortaya çıkan zayıflamış bir ifadedir", "fobinin içeriği üstündeki en belirleyici etki" bu davranıştır. Bu fobik ilgi "annenin, öznenin 'ben'inden bağımsız objelerle ilgili olarak şefkatli ilgisini yok ettiğinden" daha bir belirleyicidir ki fobisinin içeriği bağlamında bunu ele veren bir şey yoktur. Hans'ta Oidipus kompleksinin neredeyse tüm unsurlarıyla ilgili bir bastırma süreci söz konusudur".

Freud'a göre, bu şefkatli tavrın –aslında babaya karşı duyulan pasif cinsel arzu– mutlaka bastırılması gerekir, çünkü Hans'ın bilinçdışında cinsel organlarının kurban edilmesidir bu. Bu bağlamda, Freud'un ulaştığı formülasyona göre şöyle bir durum ortaya çıkar: "Sıkıntının içeriği: atın ısırması ve kurdun parçalaması, içeriğin deformasyonu aracılığıyla elde edilmiş ikamelerdir: baba tarafından iğdiş edilmektir." Bu durumda, bastırmanın itici gücü iğdiş edilme sıkıntısıdır: "(...) Fobinin esasını oluşturan sıkıntı duygulanımının kökeninde bastırma süreci yoktur (...) hayvan fobisi sıkıntısı değişmez iğdiş edilme sıkıntısıdır..." Freud bu unsurları bütünüyle klinik bir gözlemle tamamlar: "Fobi, genel kural olarak, belirgin koşullarda ortaya çıkan bir ilk sıkıntının yaşanmasıyla yerleşir: sokakta, trende, yalnızken."

Dolayısıyla, bu klasik fobi teorisini özetleyelim: fobi gerçekleşmemiş bir itkisel tatminin yerini tutar; fobi sıkıntısı iğdiş edilme sıkıntısıdır ve "itkisel bir tehlike" perspektifi için-

de ortaya çıkar; 'üstben'in, tüm bilinçdışı itkilerin gerekliliği karşısında sıkıntı doğurduğu bir Oidipus modeliyle ilişkilidir.

Ama fobide bastırmanın yeri ve olanakları Freud betimlemesinde belirsizdir. Bu şema içinde, sıkıntı, bastırma olgusundan kaynaklanmaz, bastırmaya yol açar. Babaya karşı düşmanca tavırların bastırıldığı ama herhangi bir tepkisel oluşuma baş vurulmadığı çok söylenmiştir... Tehlike düşüncesi dışarıdan gelen bir iğdiş edilme tehdidine indirgenir ve yaşamın getirdiği aşırı bir yükün sonucu değildir. Sözgelimi, Freud şöyle der: "İtkisel istek kendi içinde bir tehlike değildir; tam tersine, kendisi bir tehlikedir çünkü gerçek bir dış tehlike, iğdiş edilme tehlikesidir." "Güncel nevrozlar"a (aşırı uyarılmalar getiren, tatmin edilmeyen itkisel istekler nedeniyle sıkıntının artması) göre geliştirilen daha kısıtlı bir sıkıntı modeli her türlü açıklayıcı değerini yitirmiştir. Burada, sıkıntı, işaret-sıkıntı modeline göre algılanır ve bunun yoğun fobik sendromların anlaşılmasına uygulanması zordur. Ayrıca, Oidipusçu unsurların pek fazla düzenleyici olmadıkları bir bağlamda ortaya çıkan birçok fobi vardır.

Freud'un yeni formülasyonları okunduğunda şu düşünce oluşuyor kafalarda ister istemez: "Küçük Hans"ın fobisinin ve oluşumunun belirgin özellikleri bağlamında, profesörün yönetiminde babası tarafından sürdürülen tedavi sırasında birçok unsur geliştirilmiştir. Hans'ın fobisinin belirleyicisi olarak sunulan bir yığın etken tablosu, bize göre, iyileşen bu çocuğun psişik işlev tablosudur aslında: burada, sıkıntı, işaret-sıkıntı olmuştur, koruyucu bir baba üstbeni gelişmiş, düşte gelen bir muslukçu çocuğa mükemmel bir musluk sağlamış, bastırma mekanizmaları gelişmiştir... Şu da düşünü-

lebilir: Hans'ın fobisi, babası onunla ilgilenmeden önce çok daha yoğundu ve atlarla ilgili yoğun fobik yansıtma olgusuna baş vurmadan geliştirilmesi mümkün olmayan annenin ensest tavırlarıyla ilişkili aşırı uyarılmalara bağlıydı...

Her halükârda, bu "klasik" teorik fobi modeli "iyi fobiler" düşüncesine yol açmıştır. Bir insan sadece kendisini sıkıntıdan koruma gibi yüce ve olumlu bir değere ve psişik işleyişin geri kalan bölümünde özgürlüğünü sağlama değerine sahip tek bir fobiden sıkıntı çekebilir: kurtarılamayacak olanı kaybetmeye razı olma, yeterli psişik sağlık için ödenecek mütevazı bir bedel. Her türlü hastalık belirtisi olarak fobinin yararı olduğu saptaması doğruysa ve geçici olarak tahammül edilemeyen ekononomik aşırı yükün psişik işleyişini içeriğinden boşaltsa da, sadece asgari bir psişik örgütlenme içerdiğinin söz konusu olduğunu gördük.

Annie Birraux fobik işleyişin pozitif özelliklerini belirtmiştir: "Yansıtma ve fobik işleyiş içindeki kullanımı böylelikle düşüncenin ilksel yapısı olarak ortaya çıkar..." Burada, fobik işleyiş ve farklılığın tanınmasına aktardığı Ben-zevk, Ben-gerçeklik farklılaşması içinde yansımanın ilksel örgütleyici özelliklerine dayanır. Kesin biçimde "yansıtıcı işlevsellik sorununun bastırmanın sınırlarında ortaya çıktığını" saptar ve fobiyi över:[2] "Fobi niteliksiz bir şey değildir, tersine, bireyin tehlikeli ve tehditkâr itkisel yaşamına temsilciler/temsiller bulma arzusunun (onlar olmadan kendisini sadece ey-

2) A. Birraux, *Eloge de la phobie*, Paris, PUF, 1994; alıntılar "La phobie, structure originaire de la pensée" adlı makalesinden alınmıştır; *Peurs et phobies* içinde, Paris, PUF, "Monographies de la Revue française de psychanalyse", 1997.

lemde ve yıkımda ifade eder) bir ifadesidir: "(...) Ama fobik olgu her zaman bir iç çatışmanın gelişmesi girişimi, bir iç tehdidin anlamlandırılmasının taslağı olmakla birlikte, yapısal olan fobik işlev her zaman bireyin kendisinden kaçan bir süreklilik ve var olma duygusunu taşıma arzusuna tanıklık eder; bu, bireyin düşünme kapasitesini besleyen objelerin imgelerine baş vurma olgusu içinde olup biter."

Bununla birlikte, bizim için fobi bir iç tehditten kaçma ve bir süreklilik duygusunu sürdürme olsa da, fobik çözüm eğreti, geçicidir, her zaman yinelenmesi gerekli gibi görünür ve kuşattığı objeler düşüncenin gelişmesine pek yatkın değildir. Fobi yeni düşünceler yaratamaz ve bizim fikrimiz dış fobojen objenin ve karşıt fobik objenin kuşatıcılığının düşünce oyunlarının göreli boşluğunu telafi ettiğidir. Öte yandan, fobi içinde yer alan Manicilik –"kötü" bir fobojen objeyi ve karşıt fobik bir "iyi" objeyi belirten– normal olarak karşıt değerli, tüm kişilerarası ilişkilerin ortak payı olan duyguların gelişmesine pek izin vermez. Bu çokdeğerliliği geliştirme zorluğu ötekilere karşı duyguları her an değişebilen fobik kimselerde ötekilerle ilişkilerin çok özel bir yüzüdür.

René Diatkine başarılı bir fobinin nevrotik olduğunu düşünenlerle tamamen aynı fikirde olduğunu söylüyordu: "Bu bağlamda, tek istisna, asla başarılı bir fobi olmamasıdır."

Her durumda, "klasik" psikanalitik fobi teorisi, esasen, psişik ve özellikle bu teorikleşmeyle kazanılan Oidipusçu gelişme düzeyi arasındaki sapma ve birçok klinik durumda, özellikle daha çok Oidipus öncesi duruma denk düşen küçük çocuklarda ve psişik mekanizmaları "Oidipus kompleksinin gerilemesi"yle bırakılmış kişilik düzeylerinin oluşma-

sına tabi olmaktan uzak bireylerde görülen sapmayla ilişkili farklı eleştirilere konu olmuştur.[3]

II. – Anna Freud'un fobiler psikopatolojisine katkıları

Anna Freud, klasik görüş açısını bir yandan toptancı bir biçimde yinelerken, üstünde durmuş olduğumuz Freudvari teorileştirmeyle arasında var olan farklılıkları getirmiştir. Ona göre, gerçek anlamda bir fobinin gelişebilmesi için belli bir psişik gelişme düzeyine –çatışma, gerileme ve yer değiştirme– ulaşılması gereklidir ve bundan önce de doğuştan gelen özelliklere bağlı "geçersiz korkular"dan söz etmek daha doğrudur. Dolayısıyla, Anna Freud "korkular" ve "sıkıntılar" arasında bir ayrım yapmanın gerekli olduğunu düşünür. Fobi sıkıntısı ve gerçek bir tehlikeden korkmanın aynı şey olduğunu söyleyen Sigmund Freud'un formülasyonuyla çelişki ancak Anna Freud'un söz ettiği "anlamsız korkular"ın *Ketvurma, Hastalık Belirtisi ve Sıkıntı*'da anlatılan iğdiş edilme sıkıntısının nitelik ve nicelik olarak korku, panik, çok derin ve çok farklı üzüntü ve huzursuzluk durumlarına gönderme yapmasıyla görülebilir.

Anna Freud çocuğun sıkıntıya karşı mücadele amacıyla devreye soktuğu olanakların düzenini bozan şeyin önemi üstünde durur. Ona göre, çocuk genellikle sıkıntısını önemli bir düş etkinliğiyle yönetmeye çalışır ama bu biçimde elde

3) Bkz. Freud'un bu başlığı taşıyan makalesi.

edilen güvenlik duygusu kırılgandır. Atlatılan tehlikenin su yüzüne çıkması ve paniğin başlaması için dış dünyada üst üste gelen bir olay yeterlidir; bu durumda, çocuk, bu paniği denetim altına alabilmek için *tehlike kaynağının dışsallaştırılmasına* baş vurur, "bir iç sıkıntının yerine düşsel bir dış tehdidi koyar". Ama Anna Freud bu dışsallaştırmayla ilgili olarak yeni bir kavram getirmiştir. Çocuk bunu gerçekleştirebilmek için bir *yoğunlaştırmaya* gider: "(...) Bu operasyonda farklı bir mekanizma ortaya çıkar: dışsallaştırmadan önce yoğunlaştırma. Bunun anlamı, korkuların ve sıkıntıların yaygınlaşmamış olması ve çocuk tarafından onları kuşatan ve Oidipus öncesi evrelerde yer alan tehlikeleri ve Oidipusçu-fallik çatışmalara bağlı egemen tehlikeleri gösteren bir sembol içinde sıkıştırılmış olmasıdır. Bu perspektif içinde, yaygın sıkıntı durumunda eksik olan unsur yoğunlaştırma mekanizmasıdır."[4] Fobi, bu "sembolik yoğunlaştırma" mekanizması ve bir travmanın yarattığı bozukluk durumuna göre, bir alternatif, bir çıkış yolu gibi, yer değiştirme sayesinde ortaya çıkar. Bu arada, şunu da belirtelim ki, Anna Freud yansıtmadan değil, dışsallaştırmadan söz eder ve bu bağlamda amacı, hiç kuşkusuz, Melanie Klein'ın önerdiği yansıtıcı özdeşleştirme kavramıyla anlattığı şeyin doğuracağı karışıklığı ortadan kaldırmaktır. Anna Freud'un fobi konusunda yararlandığı yoğunlaştırma kavramı babasının *Düşlerin Yorumu*'nda anlattığı kavramdan farklıdır. Düşün işleyişinde yoğunlaştırma "yoğunluklar"ın düşünce çağrışım

4) A. Freud, Fears, anxieties, and phobic phenomena, *Psychoanalytic Study of the Child*, 32, 1977, s. 85-90.

zinciri unsurlarından biri üstünde birikmesi mekanizmasına denk düşer: "Yoğunluğun yer değiştirmesiyle etkin olan bir süreçtir bu ama birçok zincirin (çağrışımsal) yoğunluğu ortak halkalarına indirgendiğinde bu süreç onların tümünü temsil eder."[5] Dolayısıyla, *o zamana kadar birçok unsur arasında dağılmış olan* "yoğunluk" yüklerinin tek bir unsur üstünde toplanması söz konusudur. Fobik yoğunlaştırmada *o zamana kadar yaygın olan* bir yoğunluk yükünün bu sıkıntıyı yoğunlaştıracak olan tek bir unsur üstünde toplanması söz konusudur.

III. – Klein'ın fobi yaklaşımı

Melanie Klein'ın çocuğun erken gelişmesi üstüne düşünceleri[6] –Ben ve Üstben'in çok erken dönemde ortaya çıkması, doğrudan etkili olduğunu anladığı ölüm itkisi, iyi ve kötü obje ayrılığı, iyi ve kötü süt anne, iyi ve kötü anne üstüne düşünceleri– ve yansıtıcı özdeşleştirme kavramının gelişmesi üstüne düşünceleri psikanalitik fobi teorisine birçok unsur getirmiştir.

Ona göre, sözgelimi Spitz'in anlattığı şekliyle yabancı sıkıntısının bir fobi olduğu kesindir: "Bana göre, yaşamın ilk aylarında ortaya çıkan fobilerin nedeni içselleştirilmiş anne ve dış anneyle ilişkileri bozan işkence sıkıntısıdır. İyi

5) L. Danon-Boileau, "Condensation" maddesi, Alain de Mijolla, *Dictionnaire international de psychanalyse*, Paris, Calmann-Lévy, 2002 içinde.
6) M. Klein, *La psychanalyse des enfants*, Paris, PUF, 1969.

anne ve kötü anne ayrımı ve kötü anneye bağlı güçlü sıkıntı (fobik) şu şekilde örneklendirilmiştir: On aylık bir oğlan çocuğu, D..., pencerenin yanındaki büyükannesinin kucağındaydı ve ilgiyle sokağı seyrediyordu. Çevresine baktığında birdenbire yanında yabancı bir yaşlı kadın yüzü gördü; bu yaşlı kadın ziyaret amacıyla yeni girmişti içeri ve büyükannesinin yanında duruyordu. Bir sıkıntı bunalımına girdi ve ancak büyükannesi tarafından odanın dışına çıkarıldığında rahatladı. Bana göre, çocuk o anda "iyi" büyükannesinin kaybolduğunu sandı ve bu yabancı kişi "kötü" büyük anneyi temsil ediyordu (annenin bir iyi ve bir kötü objeye ayrılmasına dayalı bölünme). (...) Bu, annenin (ya da babanın) işkenceci yüzüdür ve büyük ölçüde yabancılara yansıtılan, objesi oldukları yıkıcı etkilerden gelen bir özelliktir bu."[7] Klinikte saptanan ayrılık sıkıntıları ve fobilerin ortaya çıkması arasındaki yaygın ilişki Melanie Klein'ın düşüncesinde bu işkence sıkıntısına göre ama aynı zamanda "depresif sıkıntı"ya göre yorumlanır: 3 ya da 4 aydan başlayarak "(...) iyi anneyi kaybetmenin verdiği depresif sıkıntı, (çocuğun) saldırgan itkileri nedeniyle ve ilişkili suçluluk duygularıyla birlikte ve de fobilerle desteklenen annenin kötü ve yıkıcı olmasının getirdiği işkence sıkıntısı" görülür.[8] Görüldüğü gibi, Melanie Klein birkaç haftalık bir bebeği suçluluk duyguları kapasitesiyle donatabiliyor, ona gelişmiş bir Ben ve erken dönemde yerleşmiş bir Üstben mal edebili-

7) M. Klein, M. Klein, P. Heimann, S. Isaacs, J. Rivière, *Développements de la psychanalyse* içinde, Fra. çev.: Willy Baranger, Paris, PUF, "Bibliothèque de psychanalyse", 1996, s. 234.

8) A.g.y., s. 237.

yor. Bebeğin psişizminin yetişkin biçimli bir vizyondan oluştuğu eleştirisi temelsiz değildir. Bununla birlikte, o zamana kadar geçerli olan ters görüş açısını, birkaç aydan önce neredeyse boş bir psişik durum görüşünde aşırı bir düzeltmeye gitmiş olsa da düzeltmiştir.

Şunu da belirtmek gerekir ki, çocuk fobilerinin oluşması konusunda, Melanie Klein, Freud'tan sonra, ısırma, parçalayıp yutma fantazmalarının önemi üstünde durur; bu bağlamda, oral sadizmle bağlantılar kurar ve yamyamlık özellikleri bulur. Freud'un altını çizdiği bu temaların doğrudan cinsel boyutuna çok fazla önem vermez. Klein teorisinde cinselliğin aşamalı biçimde bırakılması böyle başlar.

1952 yılında "yansımalı özdeşleştirme" kavramının ortaya çıkması fobilerin psikopatolojisi alanında yeni olasılıklar yelpazesi açmıştır. Her fobi şizo-paranoid parçalanma sıkıntılarının özel bir biçimini oluşturan yansımalı özdeşleştirmenin özel bir olgusu gibi düşünülebilir. Bu şizo-paranoid konum içinde, Ben, kendisinin bölünmüş bölümlerini yansıtır: esas olarak kötü bölümlerini dış objelere ya da, daha doğrusu, korku kaynakları olacak dış objelere ya da kişilere yansıtır. Ama bu eylem söz konusu kişinin denetim ya da mülkiyetini ele alma konusunda bilinçdışı bir eğilim içerebilir: bu sahiplenme olgusunun fantazmatik biçimi ilişkili fobiye biçim kazandıracaktır. Sözgelimi, bebek için "annenin bedenine saldırmak ve sadistçe içine girmekle ilgili fantazmalar (...) çeşitli sıkıntı durumları (özellikle hapishaneye atılma ve annenin içinde işkence görme korkusu) doğurur". "Bilinçdışı, kişiyi tümüyle ve şiddetle obje içine sokma fantazmaları (denetimini ele geçirmek ya da ona sahip

olmak için), kısasa kısas korkusu yüzünden klostrofobi ya da hırsız, örümcek, savaş zamanında istila gibi ortak fobiler olan işkence sıkıntılarına (götürür). Bu korkular bilinçdışı 'felaket' fantazmalarıyla ilişkilidir: uzuvların kopması, dövülmek, parçalanmak, bedenin ve kişiliğin tümüyle parçalanması ve kimliğini yitirme, yok olma (ölüm) korkusunun oluşması bağlamında korkulardır bunlar..."[9]

IV. – Fobiler, bağımlılık ve itkiler

"Fobilere bağlı olan düşünceler bir durum ya da vizyon içinde yoğun ya da imgesel bir eylemi davet eder har zaman..."[10] Yani, itkisel bir uygulamaya bağlı eylem düşüncesi. Yetişkin fobilerinin çoğu, çocuk fobileri gibi ağızsal, anal, fallik, ısırma, parçalanma, sadik senaryolar temaları içinde teşhirci "parçalı itkiler" içerirler.

Her parçalı itki libidinal uyarı örgütlenmesinin bir biçimini oluşturur.[11] Libido akışı "itki kaynağı" denen ve uygun bir obje tarafından uyarılması "itki amacı"na, yani uyarının boşalmasına ulaşan erojen bir bölgenin (ağız, anüs, cinsel organlar) itki objesi gibi tanımlanan "parçalı" denen bir objeye (göğüs, kıç) yerleşir. Böylelikle, itki kaynağı, objesi, amacıyla tanımlanır; buna yükselişi, yani "boşalmaya" çalışan uyarı gücü eklenir. Her itki psişizm için bir tür işleyiş,

9) A.g.y., s. 286.

10) G. Bayle, *Trésor des phobies*, a.g.y.

11) Bkz. D. Scarfone, *Les pulsions*, Paris, PUF, "Que sais-je?", no. 3691, 2004.

bir biçimlenme ve libidinal uyarının tedavisidir. İtkiler gelişmiş bütünler, özellikle kompleksler oluşturmak amacıyla bir araya gelebilirler... İtkinin yapısını bozabilecek her şey bütünün örgütlenmesini tehdit edebilecek ya da ona ulaşabilecek bir güce sahiptir.

Bununla birlikte, bu klasik modelin belirginleştirilmesi gerekir; gerçekten de, tümüyle etkili, rahatlatıcı olan "boşalma" kavramı bir "düşünce"nin oluştuğu "tatmin deneyimi"nin önemini dikkate almaz.[12] Sözgelimi, annenin yüzüyle ilgili psişik düşünce onunla birlikte yaşanmış doyurucu deneyimler sırasında oluşur. Öte yandan, itkinin uyarlamalı eylemi bu model içinde görülmez. Freud onu farklı bir itki olarak göstermek istemişti: cinsel olmayan el koyma itkisi.[13] Bununla birlikte, uyarlama boyutu –obje üstünde etkili olma gücü– her itkide ortaya çıkar, bu nedenle onu itkinin oluşumuna dahil etme düşüncesini önerdik.[14] Aynı şekilde, bir kuvvet, sonucu olduğu birleşmiş iki kuvveti temsil eden iki vektöre ayrılabilir, her itkide egemen biçimde yerleşen bir libido akışı ve tatmin alanını kuşatan başka bir libido akışı vardır. Tatmin alanı erojen bölgelerin, tatmin deneyimlerinin kuşatılmasını ve bunların anımsanmasını sağlayan düşünceleri bir araya getirir; egemenlik alanı itki objesine ulaşmayı ve gerçek anlamda erojen bölgeler dışında onunla ilişki kurmayı sağlayan kuşatmaları bir araya getirir: hareketi sağlayan işlevler, duyu organları... Egemenlik olanağı

12) Bu konuyla ilgili olarak bkz. P. Denis, *Emprise et satisfaction. Les deux formants de la pulsion*, Paris, PUF, "Le fil rouge", 1997.

13) *Trois essais sur la théorie de la sexualité* (Fra. çev.).

14) P. Denis, *a.g.y.*

veren her şey, başkası üstünde denetim kurma ve başkasının kendisi üstündeki egemenliğini hissetme.

Her fobi desteklediği parçalı itkilerin, ama aynı zamanda etkinlik ve tatmin olma bağlamında iki unsur arasındaki ilişkinin damgasını taşıyacaktır. Tatmin cephesinde, özel soğuklukların ya da boşalma sıkıntılarının kökeninde orgazm fobileri ya da erojen bölgelerin uyarılmasının etkinleşmesine karşı örgütlenen fobiler vardır ve bu bağlamda bir gösterinin ya da uyarıcı düşüncelerin getirdiği hareketler söz konusu olabilir... İtkinin öbür tarafında etkileme fobileri, başkası üstünde egemen olma fobileri –özellikle sınırları olmayan bir egemenliğin yıkım getirmesi korkusuna bağlı– vardır, öte yandan, başkasının da kendi üstünde egemenliği fobileri vardır. Günümüz ailelerinde sık görülen otorite uygulaması fobisi başkalarını etkilemeyle ilgili bir fobi biçimidir, buna karşılık, klostrofobi başkasının kendisi üzerindeki egemenliği fobisiyle ilişkilendirilebilir.

Bazı fobilerin işlevi özneyi objelerine bağlayan itkisel hareketlerin örgütlenmesinin anlık bozgununa bağlıdır. Bu bozgun Ben'in global enerjetik taşmasına bağlı değildir, itkinin iki unsuru arasındaki etkin bir dengesizliğe bağlıdır. İki unsurundan biri –egemenlik ya da tatmin– aşırı bir kuşatılmışlık durumundadır ve aralarındaki sinerji bozulmuştur: dengesi bozulan itki bozulur ve psişik örgütlenme tehdit altına girer. Dış objeyle bağlantı iki alanından birinde etkilenmiştir; öte yandan, bu objenin iç temsilleri onların psişik varlıklarını destekleyen güçlerin dengesizliği nedeniyle zayıflamıştır. Etkin tavırların devreye girmeleri ve bir tatmin deneyimi sağlamaktan uzak, çok güçlü cinsel uyarı itkiyle

gelen düzenlemeyi tehdit eder. Tersine, obje üstünde –ya da obje açısından– etkili olma girişimi erojen bölgelerin devreye girmelerini ve bir tatmin deneyiminin gelişmesini sağlamaz, psişik işlevin düzensizliğini getirir ve aralarında bir fobinin etkin olmasının olası çözümlerden biri olarak görüldüğü acil önlemleri gerekli kılar.

Fobi karşıtı mücadele doğal olarak iki alandan birini ya da ötekini kullanır. Jean Mallet karanlığın, çocuk korkularındaki görsel etkinliğinin öneminin altını çizer: "Çocuğun sakınmaya çalıştığı, her an asgari bir görsel etkinlikte bulunma durumunda olmamasıdır." Esasen, objeler, kişiler ve nesneler üstünde itkisel kuşatmayı yeniden kuracak biçimde görsel bir egemenliğin söz konusu olduğunu düşünebiliriz: karanlıkta, daha önce görülen objelerin kaybolmasıyla bozulan temsili kuşatma. Daha önce aktardığımız ifade: "Birisi konuştuğunda hava aydınlıktır." Bu, yeniden kurulma durumunu, temsil oyununun ve psişik işleyişin sürekliliğinin yeniden devreye girişini gösterir; tanınan bir kimsenin varlığı –ve sözcüklerin– açısından burada itkisel işleyişin sürekliliğinin yeniden kurulması değeri olan bir temsil-tatmin alanıdır.

Egemenlik tavırları çoğu zaman bir fobiye karşı mücadele amacıyla devreye girer. Kişiler ya da ikame objelerle, hayvanlarla ya da cansız varlıklarla veya süjenin kendisiyle ilişkili olabilirler: karşıt-fobi kendi üstünde egemenlik tavırlarıdır bunlar. Bunlar görsel düzlemde etkin olurlar: gözlerle sürekli izlemek; işitsel: ses menzili içinde kalmak; ya da motor: yanında tutmak, elinden tutmak, kapatmak ya da objeyle herhangi bir yerde buluşmanın yollarını aramak. Cep telefonu fobi karşıtı nitelikleri başarılı olan bir objedir.

Bir agorafobun sokakta annesinin refakatine ihtiyaç duyması bir insana uygulanan fobi karşıtı bir egemenliktir. Bu tip tavırlar fobikin sapkın tavırlı bir başkasına gereksinim duyması durumuna yakındır.

V. – Sapkınlık ve fobi

Sapkınlık ve fobi arasındaki ilişki sistematik ilişkilere konu olmamıştır pek ama klinikçiler tarafından sık sık gündeme getirilmiştir. Bunların birlikte görülmeleri çok sık rastlanan bir durumdur. Her iki durumda da parçalı itkilerin yazgısı söz konusudur. Hans Sachs nevrotik fobiler ve sapkın tavırlar arasındaki olası almaşmanın altını çizmiştir. Öte yandan, analiz sırasında, şimdiye kadar bunları bastıran ya da yönlendiren fobik hastalarda sado-mazohist tipte sapkın fantazmalar ortaya çıkabilmiştir.

Cinsel ve klasik "sapkın" boyutu içinde, fetişizm, penisten yoksun kadın cinsel organlarının görülmesiyle ortaya çıkan iğdiş edilme sıkıntısına karşı bir mücadele biçimidir. Penisin olmayışını yadsıma amacıyla özel bir objenin devreye sokulması gerekliliği fobili sıkıntıyla ilişkilidir. Ayrıca, kadın cinsel organlarıyla ilişkili gerçek fobiler de vardır. Fetiş, sakınmak yerine, eksikliğinin sıkıntı yaratacağı şeye yaklaşmayı sağlayan "karşıt-fobik bir şey"dir. Fobojen objenin kendisine gelince, o, bir sapkınlık objesi oluşturabilir: zoofilik bir uyarının hayvan objesi, cinsel teşhir yeri olarak sokak vb. Nevrozun sapkınlığın negatifi olduğunu belirten ifade fobiye mükemmel biçimde uygun düşer.

VI. – İğdiş edilme fantazması

Birçok kez dile getirdiğimiz iğdiş edilme sıkıntısı anatomik olarak penisten yoksun olma düşüncesine denk düşer: "Küçük Hans ya da fetişistlerde görüldüğü gibi. Ama bu düşünceyle sadece analoji yoluyla yakınlaşan fantazmalar aynı derin korkuyu doğururlar. Bu fantazmanın ve bu iğdiş edilme sıkıntısının özelliğinin hiçbir doğrudan arzuya, hiçbir bedensel işleve denk düşmediğinin altını çizebilmek mümkün olmuştur. Gerçekten de, fizyolojik bir işleve denk düşen aktif parçalanıp yenme arzuları vardır ama fizyolojik iğdiş edilme işlevi yoktur, doğrudan doğruya buna denk düşen arzular da yoktur. Boşalmadan sonra hacim küçülmesi penisi hareketsiz bırakır ve bu küçülme olgusu küllerinden yeniden doğacaktır, dışkının kaybolması bir iğdiş edilme modeli olarak sadece bir bedensel işlevden ötekine itkilerin oluşumu, yer değiştirmesi şeklinde yaşanabilir.

Bununla birlikte, bütünüyle pasif bir tehdit durumuna bağlı görünen bu sıkıntının arkasında yeniden aktif bir arzu bulmak mümkündür. Bu arzu erkekliğiyle bütünleşme olanağı bularak fantastik babalık gücüne sahip olma arzusudur.

Janine Chasseguet-Smirgel "fobi ve paranoyaya özgü bir fantazma"yı[15] irdeleyerek bu arzunun yöneldiği amacı çok açık biçimde göstermiştir: bir kimsenin bir insanı ya da bir hayvanı ele geçirebileceği tuzak arzusu. Bu fantazma, söz-

15) J. Chasseguet-Smirgel, Note clinique sur un fantasme commun à la phobie et à la paranoïa, *Revue française de psychanalyse*, c. XXX, no. 1, 1966, s. 121-144.

gelimi cinsel ya da anal sembolü çoğu zaman çok açık olan bir tuzağa düştüğü düşlerde ortaya çıkar. Düş gören birinin arzusu bir insanın cinsel gücüne sahip olmaktır ve bu amaçla bu insanı onun gücünü eksiltme, "enerjetik penis"i kendine saklama fırsatı olacak bir cinsel ilişkiye götürür. Partnerin penisini kendine saklama ve tüm dişi ve erkek güç olanaklarını elinde bulundurmak ancak bir kadının düşü olabilir. Anal cinsel ilişkiyi kabul ederek bir erkek gücüne sahip olmak da bir yeniyetmenin düşü olabilir. Sözgelimi, çeşitli Afrika erginleme ritlerinde rastlanabilir bu senaryoya. Jean Genet'nin kalemindeyse çok açık biçimde görülür: bu yazar bir gümrükçüyü baştan çıkarır, gümrükçü kendisiyle cinsel ilişkiye girer ve bu sırada kaçakçı arkadaşları mallarını gümrükten rahatça geçirdiklerinden büyük bir keyif duyar bu cinsel ilişkiden. Anal ilişki gümrükçünün gücünün ve işlevinin iğdiş edilmesidir. Bazı baştan çıkarma olaylarında daha az doğrudan görülen bir durumdur bu: ötekinin gücüne sahip olmak için kendisine tecavüz etmesine razı olmak; satrançta avantajlı duruma geçmek için bir taş feda edilebilir.

Fobilerde, gücüne sahip olmak için ötekinin iğdiş edilmesi arzusu iğdiş edilme korkusuna dönüşür. Kesici bir objeyle tehdit edildiği bir tuzağa düşen bireyin kendisinin bazı klostrofobi düşlerinde görülen de budur. Edgar Poe'nun öyküsündeki (*Kuyu ve Sarkaç*) kahraman, bir çukurda sıkışır ve yüreğini kesecek olan bir bıçakla donanmış bir sarkacın yavaş yavaş kendisine doğru indiğini görür. Böylece, klostrofobinin altında aktif bir ötekinin gücüne sahip olma arzusu yatar.

Jean Favreau'ya[16] göre, düşlerde fallik baba sembolleri bütüne, bir dalın bir ağaca bağlı olduğu gibi bağlıdırlar; buna karşılık, herhangi bir maddi unsurdan –fareler, kuşlar vb.– kopmuş fallik unsurlar anaya mal edilen bir penis figürasyonu oluştururlar. Bunlar seçmeci olarak fobojendirler çünkü çok önemli eril bir güce sahip değildirler, tersine, cinsel ilişki durumunda bedensel ya da psişik içeriklere ananın sahip olduğu işaretini verirler bunlar; bilinçdışında babanın cinsel uzvunun girişine annenin cinsel uzvu çıkarması eklenir.

VII. – İçe atma fobileri ve bastırma fobileri

Fobik mekanizma ve uyarma potansiyelleri nedeniyle sıkıntı doğuran güçle dolu düşünceler arasındaki ilişki, fobide içe atma rolü sorusunu ortaya atmıştır.

İki zıt sistemin işleyişi ele alındığında –biri itkileri, içe atmayı, ben, üst-ben ve bilinçdışı itkilerinin tümünü bir araya getirir, öbürü uyarı, imago (çocuklukta özneye yerleşen bilinçdışı prototip), bastırma[17] bütünlüğünden oluşur– içe atma fobilerini –en nevrotikleri– ve bastırma fobilerini ayırt etme noktasına geliriz.

16) Sözlü iletişim. Mükemmel klinikçidir ve çok az yazmıştır. Bugün kendi adını taşıyan *Centre de consultation et de traitements psychanalytiques de la Société psychanalytique de Paris*'yi yönetmiştir.

17) Bu konuyla ilgili olarak bkz. P. Denis, D'imagos en instances, un aspect de la morphologie du changement, *Revue française de psychanalyse*, c. LX, no. 4, 1996, s. 1171-1185.

İçe atmanın belirgin özelliği "uzlaşmaz" bir düşüncenin ona bağlı başka düşüncelerle örtüşmesidir; bir başka deyişle, içe atmada esas olan düşüncelerin birbirlerine etkinlikleridir. "Küçük Hans" fobisinde babanın ölümü düşüncesi düşen bir at düşüncesiyle içe atılacaktır ve bu düşünce sokağa çıkmanın reddedilmesiyle saf dışı edilecektir. Her şeye rağmen, bu fobi içe atmanın göreli başarısızlığına denk düşer, çünkü bir atın düşmesi imgesinin de mutlaka bir sakınma önlemini gerekli kılmayan başka bir imgeyle bastırılması gerekir; sözgelimi, düşmeden atlayıp zıplayan bir küçük at imgesi; bu durumda, çocuk, babasını kaybettirmek arzusu kendisini etkilemeden ve sıkmadan zevkle atçılık oynayacaktır.

İmagoların düşüncelere ağır bastığı bir psişik mekanizmada, uyarı, taştığı bir itki sisteminin dışına çıkar; sürekli etkin olan düşünceler aracılığıyla uyarının ayrıntılı biçimde ele alınması mümkün olamaz ve daha yoğun çarelere baş vurmak gerekir. Fobilerde fobojen objeye yansıtılan çoğu zaman bir imagodur. Fobik senaryonun temelinde, çoğu zaman, imagoik işleyişin prototipik unsuru bir fallik ana imagosu, "ilk sahne"de bir araya gelmiş mutlak güce sahip ana-baba figürasyonu, tahrik eden ve korkutan iki sırtlı hayvan vardır. Fobi karşıtı mücadele imagoya karşı mücadeleyle karışır. Ama bunun içe atılması, örtüşmesi, bir düşünce ağı içinde yer alması mümkün değildir; psişizmden ancak bu nedenle fobojen olan bir dış objeye yansımasıyla ayrılır, geriye yarattığı uyarının incelenmesi kalır.

Uyarı üzerine egemen tavırların devreye girmesiyle baş edilebilir ama tatmin edilmesi mümkün değildir bunun. Claude Smadja ve Gérard Szwec'in anlattığı, kendiliğinden

rahatlatıcı yöntemler bu kategori içinde yer alırlar. Karanlıktan korkan çocuk saatlerce yatağında sallanır; okul arkadaşlarından korkan bir başkası ise bütün gün her türlü olası saldırıya karşı hazır durumda bekler; genel fobiyle ilgili bilgiler veren biri dersini verebilmek için genel bir kas gerilimi yaşayacak ve bitkin düşecektir. Uyarıyı yararlanamama durumunda denetim altına almak ya da yok etmek gerekir. Daha sonra tekrar ele alacağımız karşıt-fobik tavırlar egemenlik alanını devreye sokan bastırma biçimleridir.

VIII. – Lacan açısından fobinin psikopatolojisi

Jacques Lacan, *Obje İlişkisi Üstüne Seminer*'de "Küçük Hans" olgusundan hareketle fobi sorununu yeniden ele alır; fobik gösteren, "gösteren kristal" düşüncesini getirir. Onun açısından beklendiği gibi, fobik bir yapı tanımıyla ilgili olarak, ileri sürdüğü görüş açısıyla fobiyi histeri, takınak ve sapkınlık arasında bir kavşak moktası yapar.

Lacancı bir fobi teorisini ayrıntılı olarak anlatmak, Lacan'ın sıkıntı, "küçük a" objesi, sembolik, gerçek, düşsel üstüne bütün görüşlerinin yeniden ele alınmasını gerektirir... Dolayısıyla, biz burada sadece bazı işaret noktalarını göstereceğiz.[18]

18) Büyük ölçüde Alain Fine'in "Küçük Hans" incelemesinden yararlandık; Jacques Lacan aynı konuya *Peurs et phobies*'de (*Korkular ve Fobiler*) [Paris, PUF] değinmiştir, "Monographies de la Revue française de psychanalyse", 1997.

Lacan, Freud'un geliştirdiği noktalardan bazılarını yeniden ele alır: fobojen bir objeyi seçen sıkıntının birinci özelliği. Sıkıntı ve fobi arasında, "biri ötekinin yardımına koşar, fobik obje görevini sıkıntı temelinde yerine getirir". Hadımlık ve Oidipus olgusunun önemi: "(...) Fallus diyalektiği eklemlenir, tamamlanır ve Oidipus düzeyinde çözümlenir." Ayrıca, fobiyi obje kaybı endişelerine göre değerlendirir; aralarında Freud'un da bulunduğu bilim adamları tarafından açıklanmıştır bu. Bununla birlikte, Lacan, Freud'dan daha ileri giderek ve daha çok Melanie Klein'a yaklaşarak Hans'ın annesine ve parçalanıp yutulma fantazmalarına daha büyük bir rol verir; Lacan'a göre, söz konusu olan, "tatmin olmamış bir anne"dir ve "bu anne tüm tatmin olmamış varlıklar gibi yiyip yutacağı bir şeyler arar". Dolayısıyla, fobojen objenin arkasında iğdiş eden babadan çok yiyip yutan bir anne vardır. Sıkıntı bir iç korku olan sıkıntıyı sıradan bir dış tehlike korkusuna dönüştüren bir "sıkıntı atı" bulur. Burada, Lacan'ın fobi bağlamında korku ve sıkıntı arasında belirttiği fark Freud'la bir sapma noktasıdır.

Lacan, eksiklik, sahip olamama sorunu, annede "fallusa sahip olamama"nın "düşsel laneti" bağlamında fobinin "baba adı verilen sembolik bir örgütlenme"nin eksikliği durumunda fetişizmin kapattığı bir alanı açtığını belirtir. Böylece, fobi, nevroz ve sapma arasında da bir kavşaktır. Bununla birlikte, çocuk, tatmin olmayan annedeki bu eksikliği telafi etmek amacıyla bu boşluğu doldurması mümkün olmayan bir tavır alacaktır: fallik yem tavrı. Bu tavır annenin narsisist bütünlük arzusunu dolduramayınca anne "çocuğun temsil ettiği fallustan yoksun olma" sıkıntısını çekmeye baş-

lar ve "tam bir arzulayıcı olur, yani mutlak gücü içinde kendini bulur". Çocuğun bu çaresizliği, annede çare olabilecek eksiklikle özdeşleşecek, onu kırılganlaştıracak ve babanın sembolik hadımlığın yolunu açan ve çocuğa fallus olma değil de fallusa sahip olma düşüncesini veren "büyük Öteki" işlevini yerine getirememesi durumunda fobinin yatağına dönüştürecektir. Bütüncül bir açıdan bakıldığında, Lacan'a göre, fobinin gelişmesinin yapısal bir değeri vardır, ve bu tavır Freud ve birçok psikanalistte görülür; bununla birlikte, zorlayıcı fobiler kliniğinin onu sadece çok göreli bir biçimde düşünebilme olanağı verdiğini de gördük. Şunu da söyleyebiliriz ki, Lacan'da söz konusu olan –onu ilginç kılan da bu özelliktir– narsisist bir fobi okumasıdır ve bu okumada itkisel, cinsel boyut ikinci planda kalır.

IX – Fobi ve bağlılık kuramı

John Bowlby'nin radikal, Freudçu perspektifler eleştirisi onu bir kuram geliştirme noktasına götürmüştür ve bu kuram sonunda gerçek anlamda psikanalizle arasındaki bütün bağları koparmıştır. Psikanaliz dünyasından gelen Bowlby, etoloji verilerine, öğrenme kuramlarına ve Jean Piaget'nin düşüncelerine dayanır. Doğrudan doğruya gözlemlenebilir olana ve bilişsel olana önem verilmesi bağlılık kuramının psikanaliz olmayan sinirbilimlerinin geliştirdiği yaklaşımlarla (hatta bilişsel-davranışsal perspektiflerle) uyuşmasını çok kolaylaştırmaktadır. Bowlby, Imre Hermann'ın getirdiği yakalama kuramından hareketle, anneye "bağlılık ilişkisi"ni önemli bir unsur haline getirir. Freudçu anlamda itkiler "göz-

lemlenebilir davranış şeması olarak" kabul edilen içgüdü kavramı yararına kuramsallaştırması içinde yer almazlar. Tersine, psikanalitik anlamda itki, "metapsikolojik" kavram doğrudan doğruya gözlemlenemez. Aynı şekilde, Bowlby'ye göre, yas "psişik bir olgu" değildir ve kesin bir kayıptan sonra gözlemlenebilir tepkilerin bütünüdür; böylece, bağlılık kuramı metapsikoloji ve psikanalitik teoriye sırtını döner ve daha fenomenolojik bir düşünce biçimine angaje olur.

Bağlılık kuramında psişizmin işleyişi "içgüdüsel yanıtlar"a dayanır: emmek, yakalamak, izlemek, ağlamak, gülümsemek. Sıkıntı, Freud'un söylediği gibi, Ben ve Üstben arasındaki ilişkilere bağlı içe atma gibi psişik çatışmalara bağlı olarak değil, içgüdüsel bir hareketin doğal akışı içinde bir engelle karşılaşması sonucu ya da bağlılık ilişkisinin kopmasıyla ortaya çıkar.

Dolayısıyla, Freud'un ortaya attığı biçimiyle itki ve temsil, psişik çatışma, yer değiştirme kavramlarına bağlı fobi, John Bowlby'nin çay fincanı değildir. Özgün makalesi "Ayrılık Sıkıntısı"nda (1960'ta yayınlanmıştır),[19] "fobi" sözcüğü sadece bir kez ve bir dipnotta kullanılmıştır ve Bowlby burada "sözde bir okul fobisi"nden söz eder. Bununla birlikte, çocukta ve yetişkinde korku konusunu "içgüdüsel cevaplar" anlayışından hareketle ayrıntılı bir biçimde işler ve bu konunun çekirdeği şudur: "Organizma kendisine anatomisinin ve fizyolojisinin unsurları gibi ulaşmış bir davranış modelleri repertuvarıyla donanmıştır." Korku, tam anlamıyla

19) J. Bowlby, Separation anxiety (1960), *International Journal of Psycho-Analysis*, 41, s. 89-113.

bilinen bilinçli bir tehlike dışında, biri bir kaçış davranışı, öbürü bir hareketsizlik, bir donup kalma durumu yaratan iki sistemin etkinliğine bağlıdır. Korkuyu yaratan, soyaçekimle aktarılmış doğuştan gelen bu sistemlerin bazı dış koşulların etkisidir: şiddetli gürültüler, görsel değişiklikler, hızlı hareket eden objeler, hava sıcaklıklarındaki aşırılıklar, fiziki acı ya da sadece bir tuhaflık. Bu düzeyde tepkiler doğrudan ve otomatiktir. İnsan bir tehlikeyle ilgili olarak açık seçik bilgilere sahip olduğundan değil, bu sistemler harekete geçtiği için kaçmaz ya da hareket etmez. Küçük çocuk bir korku durumundan annesiyle ilişkisi aracılığıyla kaçar. Kaçma tepkisini durduran ve bir güven izlenimi veren sığınak annenin yakınlığıdır. İçgüdüsel kaçış, ağlama, sarılma ve izleme tepkileri[20] onları yok eden aynı ortak özelliklere sahiptirler. "Korkan çocuğun annesine doğru kaçış tepkisiyle itildiği ve annesine doğru bağlılık ve izleme tepkileriyle çekildiği söylenebilir." Potansiyel tehlike durumu kavramının gelişebilmesi ancak birey kendi dünyasını zamanda ve mekânda var olan, aralarında nedensellik bağları bulunan objeler bağlamında örgütleyebildiğinde mümkündür; bir tehlikeyi önceden haber verebilme kapasitesiyle sakınma davranışı ve önceleyici sıkıntı ortaya çıkar. Burada, bağlılık kuramının bilişselci görüş noktalarıyla bağlantısı görülür.

Bowlby üç tür tehlike durumundan söz eder:

a) Birey, kaçma ya da hareketsiz kalma tepkileri oluşturabilecek, hoş olmayan ya da zararlı *uyaranlar*la dolup taşa-

20) Bu bağlamda, kolayca yeni sözcükler ürettiğimiz için okuyucularımızdan özür diliyoruz.

cağını düşünür muhtemelen. b) Olasılıkla sığınağını yitireceğini düşünür. c) Bu içgüdüsel tepkilerinden bazılarının bunları yok edebilecek koşulların olası varlığı dışında harekete geçeceklerini düşünür. Bu üç durumdan birinin öncelenmesi böyle bir durumun gelişmesini saf dışı etmeyi amaçlayan bir eyleme yol açabilir.

Dolayısıyla, Bowlby'nin fobileri bu alana dahil edebileceği görülür. Bu durumda, fobiler aşırı bir tepkiyle, gerçek anlamda ayrılık deneyleri ya da ayrılık tehditleriyle, sevginin reddedilmesi ya da kaybedilmesiyle patolojik bir düzeye gelen aşırı bir ayrılık sıkıntısıyla başlar, ayrıca, bir anne "bilinçdışı gerekçelerle çocuğuna kendisini terk etmemesi gerektiğini bildirdiğinde", "sözde bir okul fobisi durumu" da neden oluşturabilir bu bağlamda. Bowlby Freud'un bu koşullardan hemen hemen hiç söz etmemesine çok şaşırır. Bununla birlikte, "Küçük Hans" olayında Freud'un, küçük hastasının sıkıntısının oluşmasında çocuk-anne ayrılığı rolünü oynatmış olmasını kabul eder.

Bowlby aşırı sıkıntının ortaya çıkmasını belirleyen koşullarla ilgili olarak kendi bakış şeklinin Freud'unkinden farklı olduğunu anlamıştır. İki bakış açısı kesinlikle zıttır birbirine. Dolayısıyla, Bowlby'de fobiler bağlılık ilişkisi konusunda bir tehdit duygusuna cevap verirler ve bu tehdidi ortaya çıkaran da fobojen durumlardır; fobik sıkıntı, böylece, ayrılık sıkıntısına indirgenir. Fantazmanın rolü bütünüyle yok olur, aynı şekilde, fobilerin oluşmasında itkisel boyut da ortadan kalkar; her türlü çocuk cinselliği referansı biter.

VI. Bölüm

FOBİYİ YENMEK

Birçoğumuz eski çocukluk fobilerini çözümlemiştir. Dışsallaştırmanın temel mekanizması yerini zamanla –ve çevremizdekilerle ilişkilerimizle– geliştirilen bir sisteme bırakmıştır; bu sistemde cinsel uyarı tatmin yollarını, temsillerin ya da yüceltmenin yollarını bulur. İtkisel yaşamın zenginleşmesi, çatışmaların psişik oluşumu sonunda fobiyi geçersiz hale getirir. Bireyin yaşamında pek fazla önemli olmayan bazı izler kalabilir ancak. Ama bazı durumlarda fobik çözüme baş vurma sürüp gider ve hastalık belirtisi bir fobiyi etkin durumda bırakır; bireyi, fobiyi maskeleyen ya da tersine çevirmeye çalışan antifobik yöntemlere baş vurmaya zorlar.

I. – Fobiyi evcilleştirmek

Dolayısıyla, fobinin kalkış noktasında bir cinsel uyarı biçimi vardır ve bu uyarı, birey onu bir tatmin deneyimine

doğru kanalize edebilme yollarını bulabildiği takdirde zevk verebilir. Her fobinin arka planında gerçekleşemeyecek bir arzu, potansiyel bir "sevme" vardır. Böylelikle, fobide onu zevke bağlayan kalıcı bir şey bulunur. Freud "Fareli Adam"ın yüzünde "kendisinin de farkında olmadığı bir zevk" bulunduğunu söylerken –buna karşılık, mahkûmun kıçından giren farelerin işkence ettiği düşüncesi hastada kendisini yataktan kaldıran bir sıkıntı doğurur– aslında fobiye bağlı bilinçdışı zevkin bir parçasını hatırlatır. Kendisinin de farkında olmadığı bir zevk kedilerden korkan insana musallat olur, bu insan bu kedilerden birinin kendisine doğru yaklaştığını görür. Kendisi için araştırılabilecek olan ve fobiklerin çoğu zaman korku durumlarında olmalarına ve belki de fobilerini sevinçlerine yol açan fobinin uyarıcı yanıdır.

Çocukta korku ya da nefretle eğlenme açık seçik biçimde gözlemlenir. Topal ya da kör birini gördüklerinde etkilenen çocuklar topal ya da kör oyunu oynarlar. Çocuğun fobojen objeleriyle eğlenmesi o zamana kadar egemen olunamayan ve bu nedenle sıkıcı olan zevkten uyarıya doğru yolu buldurmanın bir biçimidir.

Bu eğlencelerde bireyin tavrı edilgenlikten etkinliğe geçer. "Bu eğlenceleriyle etkin bir biçimde kendisi için ve kendisini hazır ettiği bir anda kabul edilebilir bir düzeye getirdiği bir iç gerilim yaratır."[1] Yavaş yavaş, gerilim düzeyini artırma olasılığını geliştirir ve egemenlik alanını genişletir. Burada oto-erotizm ilişkisi çok açıktır. "Böylelikle, eskiden

1) O. Fenichel (1939). The counter-phobic attitude. *Int. J. Psycho-Anal.*, 20, s. 263-274.

korkulan durumlar etkin bir biçimde araştırıldıklarından zevk kaynaklarına dönüşürler. Bununla birlikte, aynı durum beklenmedik biçimde ya da edilgen biçimde ortaya çıkarsa eski korku geri gelir."[2]

"Sevmeler" eğlence aracılığıyla ortaya çıkarlar: köpekten korkan bir çocuk bir köpeğe sahip olmaktan büyük bir zevk duyar; bir zamanlar farelerden korkan bir çocuk beyaz fare ya da hamster yetiştirebilir...

Bir insan belli bir döneme kadar kendisini sıkıntılara boğan bir durumun üstesinden korkusuzca gelebildiğinde bir tür zevk duyar, bir zafer duygusu içinde olur. Onlara egemen olabilmek amacıyla fobojen durumlarla oynayan çocuğun aradığı bu tür bir zevktir. Çocuk, temsil oyunlarının karmaşıklaştığı bazı alıştırmaları yineleyerek fobisini evcilleştirmeye çalışır; tek bir korkutucu imge üstünde yoğunlaşan ilgi, aralarında bağlantıları olan düşüncelerin işlevsel bütünü üstünde dağılır; böylelikle, çocuk yoğun bir sakınma tepkisinden yavaş yavaş dış dünyanın sıkıntı veren durumlarına egemen olma konumuna geçer ve büyük zevk duyar bundan. Fenichel –"Alman psikologlar"dan sonra– bu bağlamda "işlevsel zevk"ten, "işlev uygulamasının sıkıntısız mümkün olmasına bağlı zevk"ten[3] söz eder. Sıkıntı içinde ya da fobojen duruma bağlı uyarıya egemen olamama durumunda hareketsiz kalan enerji yükü serbest kalır. Enerji harcamanın birdenbire durması muzaffer Ben tarafından bir zevk gibi yaşanır. Ama fobojen duruma egemen olmanın

2) A.g.y.
3) A.g.y.

verdiği zevkin sadece basit bir rahatlama olmadığını düşünmek mümkündür. Gerçekten de, Ben'in gelişmesi söz konusudur ama aynı zamanda onun işleyişinden, düşüncelerin zincirlenmesinden ve her bir tatmin olgusunun hatırlanmasından duyulan özel bir zevk de vardır. Buna göre, "Ben'in işleyiş zevk"ine daha yakın durumdayız ve Evelyne Kestemberg'in geliştirdiği bir kavramdır bu.

Dolayısıyla, fobiden kurtulmanın ilk yollarından biri, fobinin altındaki fantazmaların gelişmesi aracılığıyla Ben'in gelişmesidir. Çocukluk ya da bir analiz sırasında çoğu zaman spontan olarak olup biten budur. Hastaları korktukları fobojen durumlarla yüz yüze gelmeye cesaretlendirmek gerektiğini söyleyen geleneksel tavsiyeyi bu şekilde anlamak gerekir. Aslında, yüz yüze gelinmesi, yorumlanması ve açıklanması gereken, fobinin altındaki fantazmalar, düşüncelerdir. Bireyi fobojen objeleriyle ilişkiye sokan davranışçı yöntemler, sonuç olarak, çocuğun kendisini korkutan durumlarda, eğlenmelerinde spontan davranışlarını ortaya çıkarmaya çalışırlar.

Yetişkinler kimi zaman kendilerini korkutan bir şeyle oynamaya benzer bir durumu benimserler: yüksek tramplenden atlamak, olabildiğince uzun süre su altında kalmaya çalışmak... Fobik yetişkinlerin (ya da büyük çocukların ve yeniyetmelerin) durumu ise farklıdır: çocuk prototiplerinin doğal gelişimi dışında mekanizmaları korumaları anlamında. Sıkıntının erotikleştirilmesi çoğu zaman çocukta çok belirgindir ve bireyin fobileriyle mücadele etmek amacıyla aldığı önlemler çoğu zaman sadece kısmi bir düzelme sağlar ve sürekli biçimde yinelenmeleri gerekir bu önlemlerin.

Fobi konusunda, yetişkinde, spor yapmanın çocukta oyunla eşdeğer olduğu ve fobiyi geriletmek için bazı yararları olduğu düşünülür. En az zahmetli fobi karşıtı tavırların en yaygınları sportif alanda gözlenmiştir. "Bu konuda en iyi örnek, büyük olasılıkla, tümüyle spor alanıdır ve Fenichel'e göre spor alanı genel olarak fobi karşıtı bir olgudur: hiç kuşkusuz sporun erotik ve saldırgan özellikleri vardır, aynı şekilde bu özellikleri yetişkinin tüm öteki işlevsel zevklerinde bulmak mümkündür. Spor yapmaya başlayan herkesin bilinçdışı ve olanaksız bir iğdiş edilme korkusu duymadığı kesindir; ayrıca, bu bağlamda, sonuç, bireyin daha sonra tercih edeceği özel bir sporun eskiden korkulan bir spor olması şartı da değildir. Ama, genel olarak, sporun asıl zevkinin bir zamanlar korkulan bazı gerilimleri etkin bir biçimde devreye sokması olduğu da bir gerçektir ve bu düşüncenin kabul edilmesi gerekir, öyle ki, bu gerilimlerin korkusuzca aşılabileceği düşüncesi zevk verebilir insana."

Gördüğümüz gibi, karşıt-fobi alanını, daha sonra tekrar ele alacağımız üzere, yoğun karşıt-fobik tavırlara kadar yayan Fenichel olayları şu şekilde algılama noktasına gelmiştir: "Sonuçta, şunu söyleyebiliriz ki, genel olarak insanların özel bir gurur payı çıkardıkları bütün yeteneklerin bu aynı kategori içinde yer almaları gerekir." Sözgelimi, ona göre, "bilim dünyasında bazı araştırmacılar sıkıntılarını yansıttıkları bir objeyle çok yakınlaşırlar, öyle ki, bu objeyi denetimleri altında bulundurduklarını ve ondan korkmaya gerek olmadığını hissedebilirler."[4]

4) A.g.y.

II. – Fobiyi bastırmak

Birçok durumda uyarıyı denetim altına alma olanaklarının tedrici biçimde gelişmesi gerçekleşmemiş ya da yeterli gelmemiştir. Birey fobisini yönlendirmek için başka olanaklar bulma durumunda kalır: bunlardan biri fobiyi reddetmek ve fobiye karşı "uygun içe atma durumu olmadığında" "tepkisel bir durum", "bir karakter özelliği" (Freud)[5] oluşturmaktır. Sıkıntı dönüştürülmemiş, reddedilmiş, bastırılmıştır ve korku duygulanımı saptamasının yerini görünüşte etkin bir formülasyon almıştır: "Bunu istemiyorum." Fobojen durumlardan sakınma sürdürülür ama en azından görünüşte, çoğu zaman saldırgan bir tavırla, "etkin bir biçimde", farkında olmadan reddedilen durumla yüz yüze gelmeyi önerme küstahlığında bulunan insanlara karşı sürdürülür. Fobinin bu şekilde tedavisi bireyi karakter düzlemine ve çoğu zaman da karakterin patolojisine sokar. Fobik karakter korkuya ve fobinin kökenlerini oluşturan uyarılma hareketlerine karşı bir tepkisel gelişmeler bütünlüğünden oluşur. Çeşitli fobilerin esinleyebildikleri karakterle ilgili bir yığın biçimin ortak unsuru, çatışmanın dışsallaşmasının mirasçısı dış dünyanın aşırı kuşatılmış olmasıdır. Bu dış dünyanın aşırı biçimde kuşatılması –ona egemen olma– iç dünyanın, fantazmaların ve zenginleşmeleri psişik dokuyu ve Ben'i geliştiren düşüncelerin kuşatılmasının zararına gelişir. Freud'un, "gitgide istilacı olmaya başlayan dış dünyaya karşı yabancılaşma" ve "Ben'in

5) S. Freud (1933). *Yeni Psikanalize Giriş Konferansları*, XXXI. konferans.

kalıcı zayıflaması"ndan[6] söz ettiğinde genel olarak karakterlerle ilgili olarak savunma oluşumları konusunda yazdıkları fobik bir temel üstünde inşa edilmiş karakterler bağlamında özellikle doğrudur.

Belli özellikleri olan bir örgütlenme sıkıntısının bir bölümünü bireyin yakınlarına yansıtır. Karakterin özelliği "egosintonik"tir, yani birey bu konuda kesinlikle bir anormallik hissetmez; kendisiyle uyum içinde olmakla kalmaz, herkesin kendisini ona göre değiştirmesini ister; isteklerine "aloplastik" denir. Buna karşılık, herhangi bir sıkıntı çeken ve kendini değiştirmek isteyen birinin tavrı "otoplastik"tir.

Dolayısıyla, karakter özellikleri fobinin ilişkisel sonuçlarının bir özelliğini oluşturur ve bireyin ilişki modalitelerini ötekilerle renklendirir. "Fobik karakter"in bazı özellikleri fobiyi gizleme ya da fobojen ilişkilerden sakınma gereksinimine bağlıdır. Böylece, yalanın özel, antifobik bir biçimidir: fobisiyle ilgili her şeyle konusunda çok iyi yalan söylemesi, onu belli etmemesi, bundan duyduğu utancı gizlemesi ya da korktuğu bir görüşme veya eleştiriyi atlatmak için yalan söylemesi gerekir...

III. – Fobinin ilişkiler bağlamında düzenlenmesi

Ne var ki, fobisi olan biri çok sıklıkla fobisi olmadığına inandığı birinden yardım ister ya da yardım görür.

6) S. Freud (1938), *Psikanaliz Elkitabı*, Paris, PUF, 1967.

Agorafobilerde çok sık görülen bir durumdur bu; agorafobi durumlarında bir refakatçinin varlığı sıkıntıyı dağıtır ama bir de yalnızlık fobileri vardır ki bu durumda "kötü bir refakat yerine yalnızlık" özdeyişi tersini çevrilir ve "yalnızlık olmasın da kötü refakat olsun"a çevrilir. Evlilik yaşamının bir boyutu da, çoğu zaman, eşin oluşturduğu ve en önemli özelliği varlığı olan karşıt-fobik objeyle ilişkidir. Bir ayrılıktan sonra ortaya çıkan fobiler, her türlü obje yitiminin getirdiği psişik bir düzensizlikle desteklendikleri gibi, özellikle yitirilen kişinin karşıt-fobik rolünün bitmesi olgusuyla ortaya çıkarlar. Bu ilişkinin özelliklerinden biri, bireyin onlara kendi sıkıntılarına göre oynattıkları rol, kuşatılmış olmalarıdır sadece ve bu bağlamda özel nitelikler ya da talihli ilişkiler söz konusu değildir. Karşıt-fobik obje aslında yer değiştirebilir, yeter ki, verilen rolü yerine getirsin... Fobik öznenin yem olduğu dış dünyaya karşı bir yabancılaşma söz konusudur kesinlikle: ilişkisi büyük ölçüde çok derin bir anlaşmazlık üstüne kurulmuştur: fobojen durumun düzeni insanlararası ilişkilere egemendir. Bu arada, objenin sadece ters bir senaryo içindeki yerine göre değer kazandığı ve ötekinin zevkinin hizmetinde bir enstrüman rolüne indirgendiği ters obje ilişkisiyle benzerliği de belirtmemiz gerekir. Her iki durumda da obje üstünde büyük bir etki söz konusudur: bu obje kendi psişik ihtiyaçlarını dikkate almadan karşıt-fobik bir amaçla ya da bir sapkınlık objesi olarak seçilir.

Kimilerinde de bir tür psişik manevra sıkıntıyı atlatma olanağı sağlar: "Kendilerinin yapmaktan korktukları bir şeyi sevdikleri ve güvendikleri birine yaptırtmak. Ya da herhangi birinin sahip olduğu mutlak gücün kendilerini korkutan bir

faaliyet konusunda onları koruyacağına inanırlar."[7] Fenichel'e göre, bu gibi durumlarda zevk, bir başkasının korumasında biraz da büyülü bir şekilde bireyin inanabildiği kadar uzun sürebilir; birey, aksi durumda içinde bulunmaktan korkacağı bir durum içinde yer almadan önce bu koruma ya da izin güvencesine sahip olmak zorundadır. Bağışlanma ve korunmaya ihtiyacı vardır.

Fenichel'in bu düşünceleri mistisizm ve fobi, din ve fobi ilişkileri alanını açar, ama öte yandan "guru"nun mutlak güce sahip bir koruyucu rolünü üstlendiği tarikatlar içindeki belli angajmanların anlaşılmasına olanak verir. Gurunun egemenlik objesi olmak fobiye karşı koruyucu bir değere sahip olmaktır. Ayrıca, 'communio'dan hoş geldin işkencelerine ve bir mason locasına giriş törenlerine kadar her erginleme ritinin karşıt-fobik bir yararı vardır.

Empoze edilen fobojen bir duruma karşı mücadele amaçlı psişik manevra, başına hiçbir şeyin gelmeyeceğini söyleyen bireyin olumlamasıyla bütünüyle narsisist olabilir.

IV. – Karşıt-fobi: fobiye egemen olmak

"Karşıt-fobi" sözcüğü, onu özgün makalesinde fobiye karşı mücadelenin çeşitli olanaklarına uyarlayan Fenichel tarafından ortaya atılmıştır.[8] Bunların bazılarını yukarıda

7) O. Fenichel (1939), The counter-phobic attitude, *Int. J. Psycho-Anal.*, 20, s. 263-274.

8) A.g.y.

anlattık. Burada fobiyi yok etmek için, daha önce sıkıntı yaratanlara göre aktif meydan okuma davranışlarına dönüştüren tavırlara değineceğiz.

Fobiyi evcilleştirmek isteyen çocukların eğlencelerinde görüldüğü gibi, karşıt-fobik tavırlar içinde olan biri için korkusuna egemen olmak söz konusudur, ama bu kişi bunu aşamalı olarak gerçekleştireceği yerde durum figürasyonlarıyla oynayarak yapacaktır, aradığı tam ve doğrudan bir zaferdir. Fobiyi bastırmaya yönelik belirgin özellikli sistemler içinde sakınma sürdürülse ya da yardım sağlanmış olsa bile, burada aranan, tehlikeyle doğrudan doğruya yüz yüze gelmektir. Ürettiği şeyle ilişkisi içinde korkuyu bastırmaktır söz konusu olan. Tehlikeli bir biçimde yaşamak gerekir.

Dağcılıkla korkuya meydan okunacaktır; saldırgan arkadaşlara karşı kışkırtıcı davranışlarda ya da üstlerin küstahlığında da korku yaşanır, toplum içine çıkma korkusu giyim kuşam konusunda aşırılıklara götürecektir.

Aranan şey durumun kışkırtıcılığı –çoğu zaman korkunun erotizasyonuyla birlikte–, sıkıntının nakavtla yere serilmesi ve ondan kesinlikle kurtulma düşüncesidir ve de gene çok erotize olmuş fobojen obje üstünde tam bir zafer duygusunun araştırılmasıdır. Bununla birlikte, sadece geçici zaferler söz konusudur. Fenichel'e göre, karşıt-fobik tavır, "gerçekten, egemen olunamayan bir çocuk sıkıntısına farklı bir biçimde egemen olmaya yönelik amaçsız bir girişim olarak düşünülebilir". Bu insanların düzenli bir biçimde muhtemel insan ilişkilerinin ya da kültürel düzeydeki zevklerin zararına olacak bir biçimde karşıt-fobik tavırlarını yinelemeleri gerekir. Bu bireylerin yaşamında, sonuç olarak, onların

yaşamlarını düzenleyen bir etkinlik olan karşıt-fobik tavırların aldığı yeri görmek çarpıcıdır.

Karşıt-fobik tavırlar kendi içlerinde mutlaka dramatik ya da tehlikeli değildirler, onlara karşıt-fobik değerlerini veren ve onları tehlikenin parıltısıyla donatan, ilgilenme biçimleridir. Fenichel'in değindiği sportif durumlar örnek gösterilebilir bu bağlamda: "daha ileri gitmenin ve sporun, en azından bazı sporların (sözgelimi dağcılık) rasgele, basit bir rahatlama olmadığını, yaşamlarında anlamlı bir yere sahip olduklarını kabul eden inanların gerçek karşıt-fobik insanlar olduklarını söylemek isterim." Hatta, şu da söylenebilir ki, karşıt-fobik boyut, söz konusu sporun tehlikesiyle orantılıdır: motosiklet, mağarabilim, tüm "uç sporlar". Bununla birlikte, bütünüyle psişik tehlikeler vardır ve bunlar karşıt-fobik davranışların kökenlerini oluştururlar: sözgelimi, fiziki bir tehlike arz etmeyen ama farazi bir düşmana yöneltilen tuhaf kıyafetler. Savaş sporları ya da "judo", "karate" sporları büyük ölçüde bu tür ilgi alanları içinde yer alırlar.

Gizli fobi çoğu zaman karşıt-fobinin başarısızlığı durumunda ortaya çıkar. Çok hızlı otomobil kullanan biri direksiyona geçme zorunda kaldığında sıkıntı krizlerine tutulabilir ve sonunda araba kullanmaktan bütünüyle vazgeçebilir. James Gammil karşıt-fobik örgütlenmesi yavaş yavaş dağılan, *Royal Air Force* pilotlarının gözlemlerini yayınlamıştır; uçma korkusu gelen pilotlar para kayıplarına rağmen uçmayı reddetmişlerdir.[9] Gammil bu deneklerde çocukluk ya da

9) J. Gammil. *A partir de Melanie Klein*. Meyzieux. Césura, 1998.

yeniyetmelik dönemine özgü fobiler bulmuştur ve bu fobiler bir faaliyetle birlikte hafiflemiştir. Aşırı korku döneminden sonra cinsel yaşamlarına çoğu zaman cinsel anlamda gösteriş ihtiyaçları egemen olmuştur ve bu bağlamda kendilerine zevk vermekten ya da kalıcı bir ilişki sağlamaktan çok sıkıntılarını dağıtmaya yönelik, karşıt-fobik bir etkinlik biçimi egemen olmuştur.

Karşıt-fobi mutlak güç duygularını körükler; birey sadece tehlikeli ya da tehlikeli olduğu söylenen tavırlara değil, aynı zamanda sahip olunması bu duyguyu güçlendiren objelere yönelir; Gammil'e göre, "fallik anlamı olan şeylere sahip olmak" söz konusudur. "Bu insanlar, çoğu zaman karşıt-fobik objelere sahip olmak ya da bunları güçlendirmek için bir servet harcayabilirler."[10] Bu şey yıprandığı takdirde karşıt-fobik savunma çökebilir. Sahip olunması böyle bir değer sağlayan bir spor arabanın kaportasının çizilmesi bir sinir krizi doğurabilir. Gammil bütün yaşamını özel bir spor faaliyetine, özel otomobillerle yapılan yarışlara adamış birini anlatır. Bu adamın hayattaki tek amacı bu yarışlardır ve bütün parasını buraya yatırır. Çok büyük kazalara tanık olmasına rağmen her türlü tehlikeye meydan okur. Bu etkinlik o kadar erotikleştirilir ki bir rakibini geçip birinci olduğunda cinsel bir boşalma olur bedeninde. Katıldığı yarışlardan birinde bir arkadaşının ölümü karşıt-fobik sisteminin çöküşü sonucunu doğurur; yarışları bırakır, arabasını satar, bir araba fobisi geliştirir ve barlardan çıkmaz. Yarış tutkusunun karşıt-fobik özellikleri James Gammil'le konuş-

10) Burada şeyden anlaşılması gereken "karşıt-fobik aygıt"tır.

malarında ortaya çıkar: bu hasta çocukluğunda arabanın arka koltuğunda seyahat ettiğinde çok yoğun sıkıntılar çektiğini söyler, okul fobisi vardır kendisinde, daha sonra motosiklet tutkusu gelir, arkasından yarış otomobilleri tutkusuna dönüşür bu tutku. Kendisinden büyük bir dostu motosiklet kullanmayı öğretince çılgınca bir zevk duymaya başlar bundan.

Böylece, karşıt-fobi kavramı bize travma konusunda özel bir ufuk açar. Bir olay kendi içinde travmatik değildir, ona darbe etkisi özelliğini veren yaşanma biçimidir. Mesleki bir konumun yitirilmesi ancak bu durum bireyin ruhsal durumunda –sözgelimi narsisist değeriyle– etkili olduğu takdirde travmatik bir işleve sahip olabilir. Bedensel bir zarar görmeden bir araba kazası geçirmek hiçbir travma etkisi oluşturmayabilir; buna karşılık, aynı kaza, eğer araba bireyin karşıt-fobik sisteminin bir parçasıysa ve bu arabaya sahip olmak tehlikenin riski ve olumsuzlanmasıyla birlikte eğlencede bir dokunulmazlık duygusunu destekliyorsa çok önemli etkiler doğurabilir. Karşıt-fobinin başarısızlığı bireyi tekrar düzensiz duruma, yani travma durumuna sokar.

Gammil'in dediği gibi: "Karşıt-fobik savunma esasen dış alanda etkilidir (...) sözgelimi, fantazmatik bir iç tehlikenin reddedilmesi bir dış duruma bağlanır ve dış gerçekliği deforme eder (...) dolayısıyla aynı zamanda dış gerçekliğin reddedilmesi de söz konusudur." Karşıt-fobik tavırlar içindeki insanlarda çok sık görülen ve nesnel olarak ölçüsüz risk alma durumları tümüyle psişik bir tehlikenin olumsuzlanması gerekliliğiyle dış tehlikenin yadsınmasına bağlıdır. Fobi, genel olarak, gerçekliğin doğru algılanmasını deforme

eder; karşıt-fobi bu dış gerçekliğe doğru yönelir ve dışsallaşmış sıkıntıya bürünmüş korkutucu özelliklerine egemen olmaya çalışır. Esas olan, karşıt-fobi yararına, gerçek yetenekler gelişse de gerçekliğin kendisine egemen olmak değildir. Her halükârda, karşıt-fobi dış gerçekliğin en fazla deforme olmuş özelliklerine saldırır.

Melanie Klein'ın belirgin özellikleri "denetim, egemen olma, küçümseme" olan tanımı üzerinden karşıt-fobinin "manyak savunma"yla yakınlaşması kendiliğinden kabullenilir. Gammil karşıt-fobiyi manyak savunmanın özel bir koşulu haline getirmiştir: "Manyak savunmanın fobi ya da gizli fobilerin depresif ve işkenceci içeriğine karşı sınırsız bir örgütlenmesi." Ayrıca, "karşıt-fobinin getirebileceği Ben'in yoksullaşması" üstünde de durur. Şu son noktada da bütünüyle hemfikiriz kendisiyle: karşıt-fobinin etkin boyutu ve dış dünyanın unsurlarıyla aşırı biçimde ilgilenme (egemen olma yoluyla) fantazmatik gelişmenin ve yüceltmenin zararına gelişir.

Bazı tehlikeli karşıt-fobik tavırların aşırı erotikleşmesinin üstünde durmak gerekir. Jean Cocteau (*La Corrida du premier mai*) boğa güreşçilerinin boğaya kılıçlarını sapladıklarında cinselboşalma yaşadıklarını anlattıklarını söyler. Boğa güreşinin törensel yanını oluşturan tehlikenin erotikleşmesi unsurlarını ayrıntılı biçimde anlatmanın bir yararı yoktur. Boğa güreşinin yaratabildiği nefret tepkilerinin yoğunluğu, hiç kuşkusuz, yaratabileceği cinsel uyarı potansiyeline bağlıdır. Tehlikeli gösterilerde tehlikenin erotikleşmesi riskle doğrudan doğruya karşılaşan aktörleri ve arenada güvenlik içinde olan seyircileri farklı biçimde etkiler.

V. – Saldırganla özdeşleşme

Karşıt-fobik tavırların bir özelliği gibi düşünülebilen bir mekanizma söz konusudur. Anna Freud saldırganla özdeşleşmeyi Ben'in "savunma mekanizmaları"ndan biri yapmış ve bunun da çocuğun klinik muayenesindeki önemine işaret etmiştir. Bu kavram önce Sándor Ferenczi'de (küçük horoz-adam Arpad[11]), daha sonra da Anna Freud'un aktardığı August Aichorn'da görülmüştür: bir çocuk sınıfta sürekli gülümser ve mimikleriyle de herkesi güldürür; kendisini azarlayan öğretmenin yüzündeki ifadeyi karikatürize eder bu mimikleriyle. Çocuğun amacı kışkırtma falan değildir, kendisine saldırdığını sandığı kimseyle özdeşleşerek sıkıntıyı aşma biçimidir tavrı. Anna Freud, ayrıca, hayaletlerden korkan ve geceleri evin kendisini korkutan bir bölümünden geçebilmek amacıyla bir el-kol hareketleri sistemi geliştiren bir küçük kızdan söz eder. Erkek kardeşine şöyle der bu kız: "Holde kesinlikle korkmaya gerek yoktur, yapacağın şey sadece gelebilecek olan hayaletin yerine koymandır kendini."

Ferenczi'nin anlattığı "küçük horoz adam"ın penisini bir horoz ısırmıştır, kendisine pansıman yapılması gerekmiştir ve çocuk söz konusu hayvanın boynunun kesildiğini görür. Bu travmadan sonra çocukta gelişen şey korku değil, "zıddına dönüşme mekanizması", kümes hayvanlarına karşı patolojik bir ilgidir. Küçük Arpad'da bu aşırı ilgiye çevresini korkutan bir dizi hastalık belirtisi eşlik eder: kümes hay-

11) S.Ferenczi, Arpad, le petit homme-coq, *Psychanalyse 2* içinde, Paris, Payot, 1970.

vanlarıyla özdeşleşıne (saldırganıyla özdeşleştiğinden konuşmaz ve "horoz gibi ötıneye başlar"); "Arpad"ın penisini ısıran "boynu kesilen" horozun cezalandırılmasıyla ilgili, hastalıklı, çocuksu bir merak (tavukların boğazlanmasına tanık olmak ister ve bu gösteriden zevk duyar); kümes hayvanlarına karşı karşıt değerli duygular ("ölü hayvanı öper ve okşar"); açıkça ifade edilen sadik fanteziler ("kümes hayvanına yapılan acımasız işkenceler fantezilerinden çok yaygın olmayan zevk alına biçimidir" diyor Ferenczi).[12]

12) T. Bokanowski, *Sándor Ferenczi*, Paris, PUF, "Psychanalistes d'aujourd'hui", 1997.

VII. Bölüm

FOBİ VE DEPRESYON

I. – Fobi, depresyon ve obje yitimi

Fobi ve depresyon arasındaki ilişki –birçok klinik olayda görülen– düzensizlik ve obje yitimi tehdidine karşı bir tür ortak paydayla oluşmuştur:

Fobi dış dünyadan fobojen bir obje seçer; bu objenin yitirilmesi bireyi yeniden korku içine atar. Fobojen objeyle ilişki görünüşte doğrudan bir zevk vermese de çocuk cinselliğinin ve parçalı itkilerin damgasını taşır. Bu uyan tepkisel bir oluşum –sözgelimi bir nefret duygusu– içerse de fobojen bir objeyle yakınlaşmadan –ya da sadece ilişki düşüncesiyle– doğar. Fobi, çoğu zaman, sadece karşıt-fobik obje olarak seçilmiş kişiyle ilişki de olsa, ayrı zamanda başka zevk objelerinin bulunmasını sağlar: sadizm özellikleri taşır ve tatmin payı içeren bir güç uygulamasına sahiptir.

Depresyon, düzensizlik tehdidiyle mücadele etmek amacıyla dış dünyada değil, öznenin psişik uzamında yer alan bir "obje"yi seçecektir. Çok sevilen bir varlığın ya da temel bir durumun yitirilmesi, her büyük narsisist yara psikanalistlerin "obje yitimi" dedikleri şeyin temelini oluşturabilir. Bu "obje yitimi" kendi içlerinde ayrılık ya da bir bağın kopması değildir, Ben'in birliğine ulaşabildiği takdirde bu tür bir olayın özel sonucudur. Ben'in kendisinin açtığı bu yara psişik düzensizliği başlatır. Fobojen obje, objeler ve karşıtfobik tavırları bir araya getiren bir fobik sistemin başarısızlığı ya da işlev yitimi bu tür bir obje yitimini getirebilir ve bir ikame sistemin devreye girişini empoze edebilir. Böylece, fobik sistem obje yitimine özel bir kırılganlık getirir. Dolayısıyla, yitimin yol açtığı *incipiens* düzensizlik durumuna karşı mücadele etmek amacıyla "depresif bir obje" seçecek ve depresyonun kısır döngüsü içine girecektir. Depresyona giren birey gücünü kendi psişizmi içinde doğrudan yararlanabileceği bir figürün çevresinde yoğunlaştırır; bu yitik "objenin gölgesi", Ben içine yerleşmiş hayaleti, Freud'un deyişiyle yeniden ilgiyi üstünde toplayacak olan gerçek bir iç fetiştir. Fobide olduğu gibi, bu ikame objenin en önemli özelliği, rastlantısal bir psişik düzenleme olanağı sağlamasıdır. Ama fobi çevresinde devreye giren sistem kendi kâr payını getirirken depresif objenin hiçbir tatmin getirmeme gibi bir özelliği vardır. Bütün alanı işgal eder, sonsuz ve zevk vermeyen çabalar içinde yitip giden bireyin tüm kaynaklarını tüketir. Depresif objenin Danaidlerin fıçısı gibi sürekli doldurulması ya da Sisyphos kayası gibi sürekli itilmesi gerekir ve hiçbir yansıma göndermez.

II. – Fobiden depresyona geçiş

Özellikle fobiden depresyona doğru, bir sistemden ötekine geçiş durumuna çok sık rastlanır.

Bir yandan, depresif işleyiş ve fobinin işleyişi arasındaki sapma büyük ölçüde fobojen objenin ölçüsüz bir yer tutmasına, her zevki yasaklaması durumuna ve fobinin yan etkilerinin zayıflaması durumuna indirgenebilir. Öte yandan, fobi, karşıt-fobi sisteminin unsurlarından birinin yitimi ve özellikle de karşıt-fobik bir objenin yitimi, bu sayede kurulan dengeyi bütünüyle bozabilir. O zamana kadar dışarı yansıtılan fobiye özgü düzensizleştirici çekirdek saf dışı edilemez, çünkü ruh dışı gerecinden yoksun durumda ruhun sınırları içinde zararlı gücünü uygular. Bireyin artık bu bağlamda iç varlığını sakınabilmesi mümkün olmaz. Jean Racine bir iç objenin kaçınılmaz karakterini çok iyi belirtiyor: "Bir rüya (bir rüyadan korkacak mıyım?) / Yüreğimde onu kemiren bir hüznü besliyor / Her yerde kaçıyorum, her yerde peşimde."[1] O zamana kadar fobojen objeye bağlı olan ve atlatılan uyarı yeniden devreye girecektir; düzensizleştirici gücünü sınırlamak amacıyla psişik işleyişi yeniden merkezileştirecek olan "depresif obje" üstündeki iç fetişin denetlenmesini yoğunlaştırmak gerekir.

Fobi ve depresyon arasındaki psişik işleyişin kısa vadeli gidiş gelişi istikrarsız depresyonlar oluşturabilir: keyifsizlik, kaçışlar, kişisizleşme dönemleri, panik atak durumları... Depresyondaki çocuklar çoğu zaman hareketsiz iç objelerine

1) *Athalie.*

yaşam verme mücadelesi içinde olurlar, kimi zaman endişeli olurlar ve muhtemelen üzüntüden çok sıkıntı belirtileri gösterirler. Bununla birlikte, bu çocuklar zaman zaman yalnız kalırlar ve sözgelimi fobik ve depresif Havuç gibi umutsuz düşlerle dalarlar: "Örümcek ağını kurar, Havuç tekrar yerine oturur, kapkara tavşan ruhuyla ona döner. Biraz sonra, kumun ağırlaştırdığı bir su sızıntısı gibi bulanık düşünceleri yokuş olmayınca durur, birikir ve çöker."

Böylece, depresif bir sistem titrek ve zayıf fobik düzenin yerini alır. Karşıt-fobik bir refakatçilik aracılığıyla yıkıcı arzuları yadsıma olasılığının kaybolması bireyi kendi yıkıcılığına gönderir ve bu yıkıcılığın kendisine dönmesi riski vardır. Bazı intihar olayları bu ortamda gerçekleşir. Gerçekten de, bir dış objeye karşı saldırganlıktan depresif bir duruma geçiş ve tersi sık görülen bir durumdur. Büyük depresyonlar geçiren bir insan bir rakibinin saldırısına maruz kalırsa anında iyileşebilir. Böyle biriyle inatçı bir mücadeleye girmek o zamana kadar bireyin kendisine dönük saldırganlığı dış dünyaya çevirir. Şunu da söylemek gerekir ki, bu bağlamda önemli olan, objenin "iyi" ya da "kötü" olması değildir; önemli olan, bozulan ruhsal yapıya karşı mücadelede etkinliğinin psişik yeri ve değeridir.

Şunun da altını çizmek gerekir ki, egemen ve doyurucu ilgiler fobik alanda ya da depresif alanda bulunma durumuna göre farklılıklar gösterir. Fobide doyurucu alan ve zevk içeren ve zevk mesajı veren düşüncelerin tümü, fobojen obje ilişkisi de dahil olmak üzere her şeye rağmen canlı kalır. Bu bağlamda, doyuruculuk egemen ilişkilere bağlıdır. Tersine, depresyona geçiş durumunda ağır basan egemenlik-

tir. Egemen olma ya da egemen olunma ancak söz konusu olan bir güç deneyimidir, dolayısıyla her türlü zevk kaybolur. Fobi cinsellik damgası taşır, depresyon cinsellik enerjisinin yönünü değiştirir ve birey kendisini adadığı, içindeki acımasız bir tanrının sunağında yakar onu.

III. – Klostrofobi ve depresyon

1. Klostrofobinin depresif unsurları. – Klostrofobi ve depresyon arasındaki ilişki anlattığımız şekliyle fobi ve depresyon arasındaki olası ilişki ya da almaşmadan daha sıkıdır. Gerçekten de, klostrofobide gizliden gizliye bir kendine saygının azalması durumu vardır ve bu potansiyel bir depresyon biçimidir: klostrofobi saf dışı edilmekten, ezilmekten, bir dışkı gibi atılmaktan korkar. Stuart Asch'ın[2] verdiği örneğe bir göz atalım: meslek yaşamında çok başarılı, küçük bir iş yeri kuran ve onu geliştiren klostrofob bir hasta, öte yandan sürekli bir korku yaşamaktadır: başkalarının kendisini yeteneksiz, aptal bulmaları ve onun birtakım karanlık işlerle uğraştığını düşünmeleridir bu korku. Bu hasta ihtiyaç duyduğu ve hayran olduğu insanların, kendisinin inandığı gibi pisliğin biri olduğunu anlayıp onu terk edecekleri endişesi içindeydi. Sürekli onaylanmak ve saygı görmek istiyordu ve bu tür beklentilerine karşılık görmediğinde bunalıyordu. Fobik hastalık belirtileri içinde klasik bir metro ve asansör

2) S. Asch (1966), Claustrophobia and depression, *Journal of Amer. Psychoanal. Association*, 14, s. 711-729.

klostrofobisi de vardı, ayrıca, su altında yüzmekten de korkuyordu ve analiz sonucu bu fobinin denizden bir ceset gibi çıkarılma korkusundan kaynaklandığı anlaşılmıştı.

Kapalı yerde kalmayı sevmek itaat eder ama bundan korkmak isyancıdır. Klostrofob ve '*claustrum*'u arasındaki mücadele 'mani'ye yakın savunma biçimlerinden yararlanır: korku veren '*claustrum*'un içinde hareketlere baş vurma –kutsal su kabının içindeki şeytan gibi sallanmak– ya da Romain Rolland'ın *Le Voyage intérieur*'de anlattığı gibi korkunun reddedilmesiyle ilgili psişik çarelere baş vurma. Yaşadığı ve kendi için çok önemli bulduğu, korkusunu ve klostrofobik sıkıntısını narsisist bir mutluluğa dönüştürdüğü bir iç deneyi anlatır: "Tren birdenbire bir tünelde durur, ışıklar söner. Epey bir vakit geçer aradan, yolcular endişelenmeye başlar. Ben düşünüyordum... Ve sanki tünel açılıverdi. Üstümde, güneşin altında tarlalar, dalgalanan otlar, çiçekler, zıplayan tarlakuşları. Şöyle düşündüm: 'Oradayım ben, bütün bunları görüyorum. Belki de birkaç dakika içinde boğulacağım bu kapkara vagondan bana ne! Ben mi? Hayır! Tutmasınlar beni. Havadan daha akıcıyım, bin bir biçim alıyorum, parmaklar arasından kayıyorum, kaçıyorum... Buradayım ve oradayım, her yerdeyim, her şeyim. Ve hareketsiz vagonun karanlık bir köşesinde çökmüşüm, uçup giden yüreğim gülmekten kırılıyor...'" Burada, yücelme duygusu, yani mutlak gücün olumlanmasıyla birlikte Ben'in yayılması olgusu çarpıcıdır... Freud güçsüzlük ve terk edilmişlik duygusunu yadsıyan bir mutlak gücün olumlanmasından meydana gelmiş "narsisist savunma"nın karakteristiği olan "sana hiçbir şey olmaz" düşüncesini aktarabilirdi bu durumda.

2. Kapanma ve depresyon. – Depresyonun yol açtığı kapalı kalma izlenimini kimse Baudelaire'den daha iyi anlatamamıştır; sözgelimi "Spleen" şiiri şöyle başlar: "Uzun sıkıntılara yem olan ve inleyen düşüncenin üstüne / Alçak ve ağır gökyüzü bir kapak gibi kapanınca..." Dünyayı hapishaneye çeviren depresyondur bu: "Yeryüzü rutubetli bir zındana döndüğünde / Umut bir yarasa gibi / duvarlara mahcup kanadını vurarak gider / çürük tavanlara başını çarpa çarpa." İğrenç *claustrum* ondan kurtulma çabalarına rağmen içini boğar.

Birçok yazar klostrofobiyi ana bedeni içinde kalma fantazmasına, ana rahmine dönüş arzusuna –yani anneyle ensest bir fantazmaya– ve oradan bir pislik, bir dışkı gibi atılma fantazmasına indirgemiştir. Bu anlamda, hareketlendiren sıkıntı Bertram Lewin tarafından bütün bedenin fallusu simgelediği bir fantazmatiğe indirgenebilmiştir. Bedensel hareket ettirici sıkıntı –dolayısıyla fallik– ana bedenine sahip olmayı ve böylece dışlanmaya karşı mücadeleyi hedefler.

Bertram Lewin klostrofobik fantazmatiğin merkezine "oral üçleme" adını verdiği kavramı yerleştirir: yemek, yenmek, uyumak.[3] Daha genel anlamda, bir bağlılık objesi gibi kuşatılmış ötekiyle bir ilişki biçimi şeklinde algılanan bu formülasyonu kesinlikle doğrudan oral erotizm terimlerine indirgememek gerekir. Yemek, objeyi sahiplenmek isteyen ya da objeyle bütünleşmek isteyen bir harekete denk düşer; yenmek, bütünüyle ötekine ait olma ve teslim olma olgu-

3) B. Lewin (1952), Phobic symptoms and dream interpretation, *Psychoanalytic Quarterly*, 21, s. 295-332.

şuna denk düşer; uyumak ise objeyle sıkı ve öze ilişkin bir birlik, yataklarına sığınan depresyon hastalarının "klinofili"si içinde aranan arkaik bir obje biçimiyle bir birlik gerçekleştirir.[4] Bu psişik hareketler çeşitli psikopatolojilerde görülen kabullenme ya da sakınma tavırlarına yol açabilir: oburluk, iştahsızlık, çok fazla dolaşma, uykusuzluk ya da çok uyuma... Kapatmak-kapatılmak-uyumak bütünü birçok davranışın temelini oluşturur, uyku aynı zamanda bir kaçma biçimi ve teslim olma biçimi olarak ortaya çıkabilir. Anal üçleme de –çıkmak, çıkarmak, içine almak– anlatılabilir. Bu farklı unsurlar erojen bölgelerin işleyişine, sado-mazohist de olsa bir objeyle ilişki biçimine bağlı oldukça, klostrofobi ya da agorafobi bağlamında bu olguya denk düşen hastalık belirtisi kısıtlı da olsa psişik mekanizma içindeki bir zevk biçiminin taşıyıcısıdır; depresyonda itkisel boyut geriler ve farklı unsurlar sadece egemen olma bağlamında geçerlidirler: bağımlı kılmak, bağımlı olmak, yok edilmek.

Bu durumda, söz konusu olan, annenin bedeni değil, annenin çocuğu üstündeki egemenliğidir. Çok fazla kuşatıcı bir egemenlik oto-erotizmlerin gelişmesini ve bir işleyiş özerkliğini engeller. Fobiklerde ve depresyon hastalarında bir tür oto-erotik boşluk gözlemlenebilir. Psişik mekanizmaların tutarlılığı önce anne egemenliğine ve sonra da onun yerini alan başka egemenliklere ve de bu bireyler tarafından çocukluklarında anne üstündeki egemenliğe bağlıdır. Anne egemenliği tatmin alanına ne kadar çok bağlıysa çocuğun da nörotik bir durumda bulunma şansı o kadar fazlalaşır.

4) "Klinofobiler"in zıddında yer alır.

Buna karşılık, duygusal içeriklerden ve zevkten yoksun bir anne egemenliği depresif bir mantığın gelişmesini kolaylaştıracaktır.

Anne egemenliği önce çocukların "beslenmesiyle" ve temizliğin öğretilmesiyle, ama aynı zamanda giyimle başlar. Çocuğun etkinliğinin tüm öteki alanlarına kadar yayılabilir: az ya da çok sıkı biçimde oyunlardan okul etkinliklerine... Fobiler alanında giyim kuşamla ilgili sorunlardan kaçılır genellikle. Bununla birlikte, bu alanda anne egemenliği kuvvetlidir ve bu egemenliğin aynı zamanda himayeci, sevgiye, maddi yaşamın rahatlığına dönük bir değeri vardır, ama aynı zamanda anne bunlar aracılığıyla çocuğu ve kendisiyle ilgili olarak bir imge vermek ister. Klostrofili-klostrofobi bütününün birçok değişkesi giyim-kuşamla ilgili tavırlarla ifade edilir. Anne için anlamlı olan giyim-kuşamın benimsenmesiyle annenin varlığının dolaylı yoldan sağlandığı giyinmeyi "sevme" durumları olduğu gibi giyim-kuşam konusunda isyancı tavırlar da vardır; giyim-kuşamla gösterilen '*claustrum*'a karşı mücadele bazı "giysilerin", kravatın vb. reddedilmesiyle ifade edilir –bu reddetme durumu giysi aracılığıyla sahip olunma korkusuna kadar gidebilir– ama aynı zamanda annenin kurallarına karşı kıyafetlerin seçilmesiyle ifade bulur: yırtık (ya da yırtık gibi), açık veya dışarıdaki hava durumunu umursamayan kıyafetler. Saldırganla özdeşleşme askeri kıyafetlerin, siyah deriden ve madeni süslü kıyafetlerin veya yazılı, damgalı kıyafetlerin seçimiyle de yansır. Lüks marka işaretleri taşıyan kıyafetlerin kıyafetle sınırlı bir gösteriş değeri olabilir ve bu bağlamda agorafobinin teşhirci fantazmalarını kısmen tatmine yönelik bir tavır söz konusudur.

Klostrofobiye karşı mücadelenin aktif özellikleri ve bazı depresif durumların verdiği sıkıntı Asch gibi bir yazarı klostrofili-klostrofobi ikilisini depresyonun iki özelliğiyle karşılaştırmaya götürmüştür: apatik depresyon ya da pasif depresyon ve sıkıntılı, bunaltıcı depresyon. Pasif depresyon hastalarının davranışları klostrofillerle yakınlık gösterir: yataktan çıkmazlar, sokağa çıkmazlar, yavaş hareket ederler, buna karşılık, sıkıntılı depresyonlular –bu bağlamda, psikiyatrik deneyler bunların ötekilere göre daha fazla intihara eğilimli olduklarını göstermiştir– sıkıntılarına karşı hareket yoluyla mücadele eden klostrofoblara yakındırlar. Bazı klostrofoblarda görülen kaçış, intihara yönelik tavırlar içinde bir kurtuluş arayışıdır. Raymond H. Gehl kendi içinde kalmış, kendi içine çivilenmiş, duyguları içinde yaşayan depresyon hastalarından söz eder.[5] Depresyon hastası kendi '*claustrum*'u olur ve intihar da bundan kurtulmanın bir yoludur.

Bu durumda, depresyona yol açan manyak yüceltme ve içinde tutsak olduğunu sandığı '*claustrum*'dan gelen klostrofobun kurtuluşunun yüceltilmesi benzerliğinin saptanması mümkündür. Bir tutsağı genişletmekten söz edilemez mi?

Ama genişleme, tutsağa, objesi olduğu ilgiyi kaybettirir. Özgürlüğüne kavuştuğu kadar bırakılmıştır da. *Claustrum*'unu yitiren klostrofil bir obje yitirir, aynı şekilde, klostrofob da mücadele ettiği '*claustrum*'la ilişkisini yitirir. Buna göre, ikame depresif bir objenin seçilmesi psişik dağınıklığın sıkıntılarından kurtulmanın bir yoludur. Objenin –'*claustrum*'un

5) R. H. Gehl (1964), Depression and claustrophobia, *International Journal of Psycho-Analysis*, 45, s. 12-323.

sınırlarıyla gösterilen– egemenliğine karşı mücadele tek bir iç objeye dönük tam bir bağımlılığa, objeden kalan şeye bağımlılığa dönüşür: gölgesi, hayaleti.

IV. – Fobik ketleme üstüne

Freud'a göre, ketleme "Ben'in işlevsel kısıtlanmasının ifadesidir": uygulamada bir sıkıntının gelişme riski olduğunda bir işlev ketlenecektir. Dolayısıyla, herhangi bir etkinlik bağlamında, her çatışma bu alandaki bir gelişmeyi ketler. Doğal olarak çok çeşitli ketlemeler vardır ve bunlar çeşitli düzeylerde sıkıntı verirler. Sözgelimi, topluluk içinde işeme ketlemesinin bazı sosyal sakıncaları vardır ama daha ağır sonuçları olabilecek bir ketlemeyi, çalışma kapasitesini sınırlamaz. Ketleme ve fobi arasındaki ilişki çeşitli durumlarda çok açıktır: agorafobların sokağa çıkmalarını ketlemeleri örneği verilebilir bu bağlamda ama bazı gıdaların hazırlanması, bunların yenmesi veya yüzmek, bir mağazaya girmek, araba kullanmak gibi etkinliklerden de söz edilebilir... Başka bazı ketlemeler daha karmaşık bir determinizme denk düşerler ve sözgelimi Ben idealinin rolünün çok önemli olduğu bazı yaratma ketlemeleri örnekleri verilebilir. Bununla birlikte, Ben'in şu ya da bu işleve angaje olması vesilesiyle bir sıkıntının ortaya çıkma riski bu bağlamda fobik bir sakınma empoze edebilecek, söz konusu etkinliğe saf dışı edilmesiyle yansıyan "önleyici, seçmeci bir ketleme" getirecektir. Her ketleme fobik değildir ama her fobi "Ben'in işlevsel bir kısıtlaması" olan bir tür ketleme içerebilir.

Fobojen bir objenin seçilmesiyle sıkıntının oldukça yüzeysel biçimde yönlendirilmesinin, doğal olarak, psişizmin çok fazla uyarıyı yönlendirmekten kurtarmak gibi bir yararı vardır tabii ki. Bununla birlikte, fobojen ve ondan kurtulmaya adanmış ilgi tatmin düzeyinde ve iç dünyanın gelişmesi düzeyinde yoktur. Ve bir inşa etkinliğinin yerini bir önlem etkinliği alır. Kendi özelliği gibi kabul etmek istemediği aşırı uyarıdan kurtulmak isteyen psişizm, bu bağlamda, gerekli enerjiden mahrumdur. Dışında kalmak istediği çok sıkıntı verici düşünceler onun kesinlikle üretmediği çok yararlı olabilecek bir birikim –Gérard Bayle'ın[6] deyişiyle bir "fobiler hazinesi"– barındırırlar içlerinde. Ayrıca, benzer durumlarda yorum konumunda olacak ve ketlenecektir. Eğer psişizm fobi alanına tedrici bir biçimde yerleşmezse ketleme genişleyerek gelişecektir.

Ama düşünce gelişmek amacıyla sadece küçük miktarda enerjileri yönlendirmelidir, fobi ise toptan çalışır. Düşüncenin gelişmesi fobik düzenlemelerin yoğunluğuyla bozulur. Gerçeğin algılanması onu renklendiren ve deforme eden fobik fantazmaların yansımasıyla değişir. Dolayısıyla, gelişmesi aksayan düşünce, gerçekliğin fobik sapmasından hareketle dolaylı verilere göre etkin olur. Böylece, çoğu zaman entelektüel bir ketleme biçimine doğrudan doğruya fobojen durum ilişkisine bağlı ketleme eşlik eder. Bu entelektüel ketleme seçmeci olabilir ancak ve gerçeklik ilişkisinin sadece bazı yönlerini etkiler. Buna karşılık, entelektüel bir aşırı ilgi karşıt-fobik değerler içerebilir.

6) G. Bayle, a.g.y.

Eğer birey kurtulamayacağı fobojen bir durum içindeyse sıkıntı kaplayacaktır onu ve hareketsiz kılacaktır, dolayısıyla, düşünce mekanizmaları yoğun biçimde ketlenecektir. Burada ketleme aşırı yüklenmeden kaynaklanır. Psişizm boğulan bir motor gibi kalır. Az ya da çok belirgin bedenselleşme olguları ortaya çıkabilir bu durumda: terleme, damarların aniden genişlemesi ve daralması, bayılma, sindirim sorunları; bu bağlamda, çare genellikle hareket etmek, hareketlenmeye götüren uyarı, kaçış tepkisi ya da ani kaçış, engel olunamayan çığlıklar söz konusudur...

Okul fobilerinde, ketlemenin, çeşitli düzeylerinde psişik mekanizmayı nasıl yoğun biçimde etkilediği görülmektedir. Sınıf içinde bulunmanın temsil ettiği '*claustrum*'un getirdiği sıkıntı ve aileden ayrılmanın getirdiği sıkıntı önerilen entelektüel etkinliklerden çekilmiş bulunan büyük bir enerjiyi harekete geçirirler, buna karşılık, düşüncenin gelişmesi libidinal enerjinin yoğun biçimde yer değiştirmesiyle kesintiye uğrar.

Aşırı sıkıntıya karşı mücadele etmek amacıyla depresif bir sistemin devreye sokulması ketlemeyi iyileştirmez kesinlikle: Depresif objeye karşı aşırı ilgi de etkinlik düzeyinde bir işlevsizlik getirir. Ben'in bütünlüğünü sağlayan depresif objeye ilgisiz kalmanın mümkün olmaması entelektüel etkinlik için gerekli ilgilerin etkin olmasına olanak vermez ve fobik ketlemenin arkasından depresif ketleme gelir.

VIII. Bölüm

ERÖTOFOBİ: FOBİ VE UTANMA

I. – Utanma ve fobi

Klostrofobide gördüğümüz aşağılık duyguları, işe yaramaz bir atıktan başka bir şey olmama izlenimi, hiçbir şeyi hak etmemiş olma duyguları biçiminde ortaya çıkan utanma ve depresyonun bir parçasıdır. Çok erken dönemde hissedilen bu utanç duygulanımını gelişmeci bir görüş açısından yana tavır alan analistler ancak daha sonra gelişen suçluluk duyguları öncesine yerleştirirler. Hatta, Claude Janin "ilkel utanç" kavramını getirmiştir.[1] Çeşitli araştırmacılar, özellikle Clifford Yorke utanmanın ve bedenin sergilenmesi, bedenin parçaları ya da bedensel veya özümsenmiş ürünler arasındaki ilişkinin altını çizmişlerdir.[2] Büzücü kas deneti-

1) C. Janin, Pour une théorie psychanalitique de la honte, *Revue française de psychanalyse*, c. LXVII, no. 5, 2003, s. 1657-1742.

2) C. Yorke, The development and functioning of the sense of shame, *Psychoanalytic Study of the Child*, c. 45, 1990, s. 377-409.

minin yitirilmesi çocuklukta sürekli bir aşağılanma ve utanç vesilesidir ve Freud "utanç tepkisinin irade dışı sidik torbasının boşalmasıyla çok sıkı ilişkisine" dikkat çekmiştir. Bir narsisizm bunalımını yansıtan duygulanım ve utanç duygusu buna o kadar bağlıdır ki kartezyen '*cogito*'ya yeni bir yorum getirilmiştir: "*Pudeo ergo sum.*"[3]

Bedenini ya da işlevlerini gösterme olgusunu içeren birçok fobi ve bunların verdiği zevk utançla ilişkilidir: dans fobisi, havuz fobisi, topluluk içinde konuşma fobisi vb.

Ama fobinin kendisi bir utanç kaynağıdır. Savunmasız durumlarla ilgili olarak sıkıntı çekmek ve kaçmaktan başka hiçbir şey yapamamak bireyin maskelemek istediği tartışılmaz narsisist bir yaradır.

II. – Kızarma korkusu

"Utançtan yüzü kızarmak" hemen herkesin başına gelmiş bir olaydır. Erötofobiyi oluşturan, bu olgunun ortaya çıkmasından korkmaktır. Buna bağlı olan sıkıntı kimi zaman belli düzeyde kalır ve çok fazla rahatsızlık vermez; sıkıntı daha şiddetli olduğunda bireyin durumu çok zorlaşır, yüzünü ve kızarmasını kısmen maskelemeye yönelik tavırlara yönelir. Bu amaçla saç tuvaleti, koyu bir makyaj, sigara dumanı, utanç kızarmasına alternatif bir kızarma getiren alkolden yararlanılır; "kızarma" ramp ışıkları karşısına çıkmaktan çok gölgeyi tercih edecektir. Parlak saç boyasının, dövmenin

3) "Utanıyorum, öyleyse varım." (E. Wilson, 1987.)

ya da '*piercing*'in yüze bakışların yönünü çeviren karşı-parlaklığı. Ama sıkıntı daha ağır olabilir ve sosyal ilişkilerden kaçmaya kadar varan bir rahatsızlık doğurabilir. Burada şunu belirtelim ki, bu rahatsızlık belirtisi çok farklı psikopatolojik bağlamlarda ortaya çıkabilir: nevroz ya da histeri (genellikle sıkıntının ilişkilendirildiği) ya da içinden çıkılması daha zor bir tablo... Bu durumda, erötofobi çılgınlığa yakın ya da işkenceyle ilişkili özellikler kazanır.

Bu rahatsızlık belirtisinin zorluğuyla, belirgin özellikleri ve de yarattığı aşağılık duygusuyla ilgili olarak daha somut bir fikir verebilmek için Jule P. Miller'ın "The psychology of blushing"[4] adlı makalesinde verdiği bir örneği aktaracağız. Ağır bir erötofobi vakası nedeniyle kendisine muayeneye gelen 34 yaşındaki bir adamın durumundan söz eder: yoğun bir sıkıntıyla birlikte kızarma nöbetleri. Çok zeki ve yüksek bir mevkiye sahip bu mühendiste hastalık belirtileri çalıştığı yerdeki amirinin kendisine yönelttiği eleştirilerden sonra ortaya çıkar. Özellikle otorite konumundaki insanlar karşısında kızarmaktadır. Sıkıntı ve kızarma krizleri o kadar sık gelir ki umutsuzluğa düşer, işinden ayrılmayı düşünür ve yalnız bir yaşam sürmek ister; ağır bir hastalığa, sözgelimi kansere yakalanıp bu durumdan kurtulabilmeyi bile umut eder. Çektiği bu işkence sırasında önce utanç duygusu geliyor, daha sonra da yüzü kızarıyordu. Bununla birlikte, saldırganlaşabildiğinde rahatsızlık belirtileri çıkmıyordu ortaya. Bu adam mesleki alanda ve de fiziksel olarak "herkes üstün-

4) J. P. Miller Jr. (1965), La psychologie du rougissement, *International Journal of Psycho-Analysis*, 46, s. 188-199.

de mükemmel bir izlenim bırakmaya çalışıyordu umutsuzluk içinde". "Giyim-kuşamına, konuşmasına özen gösteriyor, kendini zeki biri gibi göstermeye çalışıyor, ahlaksal olarak ön plana çıkmak istiyor ve sahip olduğu eşyaların da değerli şeyler olmasına dikkat ediyordu". Başkaları üstünde yaratacağı etki her zaman çok önemliydi onun için. Kendisiyle ilgili bu belirsizlik aşk hayatında da ortaya çıkıyordu ve çok ender olarak ilişki kurabiliyordu karşı cinsle. Tedaviye gitmek fazladan bir utanç kaynağı oluyordu; durumu meslektaşlarının öğrenmesinden ve bunu kendisine karşı kullanmalarından korkuyordu. Tedavi sırasında kendisini babası ya da patronuyla sahneye çıkaran eşcinsellik senaryoları ortaya çıkıyordu ve bunlar onda büyük yaralar açıyor ve utanç duyguları yaratıyordu. Bunlar eski bir arzuyla ilişkiliydiler: kendisini eril kılacak bir erkek, aslında babası için duygu objesi olma arzusu... Oysa, babası mesafeli davranmıştı ona karşı, onunla ilgilenemeyecek kadar kendi çıkarlarına dönük yaşamıştı. Babaya (ya da babanın yerini tutan birine) karşı bu pasif itaat arzusu babaya karşı karşıt değerini görebilme ve onunla rekabete girme olanağı vermiyordu. Görüldüğü gibi, kişiliğin oluşmasında toptan bir olumsuzluk ifadesidir bu.

Sakınılan bir durumun yarattığı doğrudan bir sıkıntı değil, sıkıntının özel bir sonucu söz konusu olsa da, bir fobidir söz konusu olan. Utanma duygusu kızarmayı doğurur, söz konusu kişi kızarmaktan utanır, bu da sıkıntıyı artırır. Bununla birlikte, şunu da belirtmek gerekir ki, her kızarına duygusu bir utanma duygusuna gönderse de, her utanma sonucunda yüz kızarmaz. Eğer utanma bir duygulanım şek-

linde başlarsa yüz kızarır. Buna karşılık, eğer Oidipus sonrası bir Üstben'den gelen bir eleştiriye bağlıysa kızarma durumu olmaz.[5]

Utanma ve erötofobi narsisit alanda birlikte yer alırlar. Hastalık belirtisi içinde bilinçdışı bir dikkat çekme, ilgi merkezi arzusu vardır; hatta, S. Feldman'a göre, "kızaranların" temel arzusu", erötofobların mücadele ettiği çatışmalı teşhirci arzudur. Sándor Rado'ya göre, kızarma konusunda cinsel uyarı mazohist bir tavırla gösterilir ve insanlara karşı bilinçdışı bir provokasyonla birlikte görülür, her iki cinste de vardır bu ve mazohist provokasyonun eşcinsel boyutu önemlidir.

Herman Nunberg'e göre ise utanma teşhir arzusuna karşı tepki oluşturmadır ama erötofobi durumunda ilginç bir özellik vardır: erötofoblarda bu olaya bağlı olarak bakış ve tavırlar sadik bir anlam içerir. Aktif bir biçimde bakma olgusu sadik biri gibi yaşanır, buna bağlı olarak kendini gösterme olgusu başkasının sadizmine boyun eğme olarak algılanır. Bakıştaki bu sadik anlam kaynağını yetişkinlerin yaşamını etkileyen çocuksu merak ama aynı zamanda eleştirel bakışlarla gelen tehdit içinde bulur. Erötofob birinin analiziyle ilgili her durum hastalık belirtisi ilişkisine büzücü kas düzenlemeleri oluntularıyla katkı sağlar – idrar kaçırma, ankoprezi, lavman yapma, sırta bağlanan ıslak bez vb. Aileye karşı tavırlar, tamamlayıcı olarak çocuk için belirgin ve gizli cinsel değer taşıyan bir anlama sahip bir tavırla ilişkilendiri-

5) Bu özellik S. Feldman tarafından gösterilmiştir (1962). Blushing, fear of blushing and shame, *Journal of American Psychoanalytic Association*, 10, s. 368-385.

lebilir; sözgelimi, küçük bir kızın çişini yapmak istememesi bu yolla ana karnıyla ilişkili kapasitelere benzeyen kapasitelere katılma düşüne bağlı olabilir.

Böylece, kızarma korkusu incelenme sıkıntısına bağlıdır ve bu sıkıntı da sosyal bir ortamda bir fiyasko ve bundan doğabilecek gülünç bir durum korkusuyla ilişkilidir. Gizli aşağılık duyguları kimi zaman saldırgan ve küstah tavırlarla aşırı biçimde ödünlenir, oysa, çoğu zaman bu hastalık belirtilerini gösterenlerin aşırı mahcup ve çekingen bir karaktere sahip oldukları söylenmiştir. Kızartan komplimanlara gelince, bunlar muhataplarını gösterirler: bundan kaynaklanan utanmayla gizli teşhirci fantazmayı harekete geçiren şeydir bu.

Rahatsızlığın narsisist boyutuna göre, temel rol, Oidipus sonrası Üstben'den çok, Ben İdealindedir – ya da ideal Ben'dedir. Hatta, Feldman'a göre, bu hastalarda "yalancı bir Üstben" vardır: olgunlaşmış ve entegre olmuş bir Üstben'in tersine, Oidipus kompleksi mirasçısı "kızaran"ın yalancı üstbeni bütünüyle içselleşmez ve entegre olmaz, öyle ki, bu bağlamda, özne başkalarının onayına bağımlı kalır. Bu "yalancı üstben" düşüncesini "imagoik mekanizma" olarak tanımladığımız şeye bağlayabiliriz ve burada fallik ana imagosu temel bir rol oynar, "apofatik", yüzsüz bir Üstben'e dönüşmemiştir, bütün güçleri elinde tutan annenin ilksel karakterlerini yitirdiğinden baba-erkil özelliklerle ve başka figürlerin özellikleriyle entegre olamaz. İmagoik işleyişin belirgin özelliği, aynı zamanda, gerçek anlamda *içe atma* üstündeki *baskının* egemenliğidir ve buna erötofobik hastalık belirtilerinin oluşumunda rastlanır.

IX. Bölüm

FOBİLERİN TEDAVİSİ

Fobiden mustarip hastaları tedavi etmek için birçok tedavi yaklaşımı önerilmiştir. Biz burada en yaygın ve temel üç yaklaşımdan –tıbbi, psikanalitik ve bilişsel-davranışsal[1]– söz edeceğiz.

I. – Psikiyatrik yaklaşım

Günümüz psikiyatrisi fobileri tedavi etmez, bunlarla birlikte görülen sıkıntıyı ya da klinik tablonun içinde bulunan depresif özellikleri tedavi eder.

Dolayısıyla, klasik rahatlatıcı reçeteler, özellikle benzodiazepinler ve betablokanlar çok yaygındır. Fobinin "panik

1) Öteki psiko-terapötik yaklaşımlarla ilgili olarak, okuyucu, Bernard Brusset'nin çalışmasına baş vurabilir: *Les psychothérapies*, Paris, PUF, "Que sais-je?", no. 480, 2. bas., 2005.

atak" grubuna dahil edildiği en sık görülen biçimlerinde ve depresif koşullar çok duyarlı olduğunda rahatlatıcı etkisi çok güçlü olan IRS kullanımı çok yaygındır. Başka rahatlatıcı ilaçlar ya da başka antidepresanlar da kullanılır.

Bu reçeteler sıkıntı ya da depresyon durumlarında doğrudan ya da hızlı ve tartışılmaz bir rahatlama getirirler ama bireyin psişik durumunda ve hastalık belirtisinde en küçük bir değişiklik yapmazlar. İlaç kullanmak kalıcılık özellikleri gösterebilir ve bir tür ilaç bağımlılığı ya da tıbbi kökenli bir uyuşturucu bağımlılığı ortaya çıkabilir. Dolayısıyla, hastalık belirtisi oluşumunu ya da ortaya çıkış koşullarını değiştirmeye yönelik bir yaklaşım aramak meşrudur ve bu yaklaşım reçetelerle paralellik gösterebilir ya da göstermez.

II. – Bilişsel-davranışsal yaklaşım

Günümüzde hastalığın ortaya çıkmasının koşullarını değiştirmeyi değil, sadece belirtinin ortadan kaldırılmasını hedef alsa da, yaygın biçimde tavsiye edilir. Bu tedavilerde yönlendirici fikir pedagojik düzlemde yer alır; bir öğrenme sürecinin uygulamaya konması söz konusudur: bireyin fobojen objesiyle etkin biçimde yüz yüze gelebilmesi için, fobisiyle bağlantılı, bilişsel, fizyolojik ve duygusal süreçleri daha iyi denetlemesini sağlayacak bir öğrenme süreci olmalıdır bu.

Durum yaklaşımı metodik olmak ister, durumlarla ve *uyaranlara* ve duyumlara tepkilerle ilgili bir enformasyon ve gözlem programı hayata geçirilir; bu bağlamda, amaç, fizyolojik ve duygusal süreçleri daha iyi yönetmektir. En-

formasyon alanında "korku veren uyarıcıların gerçek korku düzeyi" konusuna çok geniş yer verilmiştir. "Kendisinde uçak fobisi yerleşmiş olan birinin kokpite girmesinde ve bir pilotla görüşüp kafasını kurcalayan bütün soruları sormasında büyük yarar vardır..."[2] Bu arada, şunu da belirtelim ki, bu metodun özelliğinin sınırı, sözgelimi James Gammil'in incelediği pilotlardaki uçuş fobisinde çok açık seçiktir. Pedagoji metodun tümünün bir parçasıysa eğer, bu pratisyenler için "bilgilerin ciddi sıkıntı ve bunalımların dağıtılmasına yeterli olmadığı açıktır".[3] Hastadan bu bilişsel girişimin ötesinde bir düşünce biçimi istenir. "Ölümcül bir kaza korkusunun azalması ölümün kabul edilmesinin nedenleri üstüne derin bir düşünce gerektirir (...) bir uçağın düşme olasılığının yarattığı korku, yaşamlarını ne pahasına olursa olsun uzatmak isteyen hekimlerin eline düşmüş insanların yavaş ölümüne kesinlikle tercih edilir..."[4] Metodun en ilginç yanı, bazı tedavi uzmanlarının refakatidir; bunların amacı, hastaya, korku kaynağı fobojen durumla tek başına değil, kendisine olayları başka biçimde görme konusunda yardımcı olan biriyle birlikte yüz yüze gelme olanağı vermektir. Bu refakat gerçekliğin içinde olabilir, zihinsel görselleştirme yöntemiyle olabilir ya da, daha yakın zamanlarda görüldüğü gibi, korkulan gerçeklerle olası yüz yüze gelme durumlarıyla gerçekleşebilir. Ancak, bu ilişkinin yanında, bir de sıkıntının psikolojik özelliklerini etkilemeye yönelik bedensel öğrenme

2) Burada J. Van Rillaer'e baş vuruyoruz, *Peurs, angoisses et phobies*, Paris, Bernet-Danilo, 2002.

3) A.g.y.

4) A.g.y.

biçimi vardır ve bu etki solunumun denetlenmesi, kasları gevşeten bir refleks kazanımı, kafein ve nikotin gibi uyarıcı tüketiminin azaltılmasıyla sağlanır. Sözgelimi, sıkıntının "arttığının" hissedilmesiyle birlikte solunum ritmini düşürmek genellikle panik rahatsızlıklarını, agorafobi ve klostrofobiyi tedaviye yönelik en önemli stratejidir.[5] Soluma ritminin hızlandırılması, ağır ve yüzeysel soluma anları deneyleri, kasların hafif gerginliğinin "neredeyse anlık" durumlarda azaltılması rahatlama ya da sofroloji (daha uyumlu bir kişiliğin gelişmesine yardımcı olmak amacıyla fiziki acılara ve ruhsal sıkıntılara egemen olmaya yönelik uygulamalar) teknikleriyle birlikte uygulanır.

Ama, öte yandan, "bilişsel yeniden yapılanmalar"ın gerçekleştirilmesi de gereklidir: "duygulananların yararı konusunda bilinçlenmek", "kendi algılamalarına ve yorumlarına karşı mesafeli olabilmek", "kendi itkilerine (cinsel ya da saldırgan) bakma cesaretini gösterebilmek ve bunların ortaya çıkabileceği durumları bastırmaya ya da saf dışı etmeye çalışmamak". "Panik sıkıntıyı ve yarattığı fobileri tedavi edebilmek için bazı bedensel duyumların nedensel bağlamda yeniden değerlendirilmeleri esastır". Buradaki zihniyet, bireyin hissettiklerini, sözgelimi yakın bir tehlikenin işareti gibi değil, sadece hoş olmayan ama tehlikeli de olmayan bir duygu yerine, soluk alıp verme ritminin basit bir sonucu gibi, başka bir biçimde yorumlayabilmesidir. Hastanın korktuğu şeylerle aşamalı bir biçimde baş edebilmesi için bir dizi alıştırma tasarlanmıştır.

5) A.g.y.

Bu metotların öncüleri kısa süren tedaviler uygularlar ve hastaları iyileştirme bağlamında yüksek bir oran yakalamışlardır. Bununla birlikte, bu sonuçların bazıları geçicidir ve birçoğu da yukarıda değindiğimiz ve bazı durumlarda psikosomatik sıkıntıları ortaya çıkaran içe atma ve özellikle de bastırma mekanizmalarının bedellerini artıran önemli psişik çabalar pahasına elde edilmiştir.

Bu metotların ampirik değerinin abartılmaması ve de küçümsenmemesi gerekir. Freud ve başka bazı psikanalistlere göre, bazı fobikler, belli bir dönemde kurtulmak istedikleri fobojen durumlara meydan okurlar. Davranış metotları bu girişimde bireye eşlik ederek bunlarla yüz yüze gelme durumları yaratırlar.

III. – Psikanalitik yaklaşım

Fobiler bağlamında psikanaliz deneyimi çok önemlidir günümüzde. Klasik psikanalitik tedavi ya da psikanalitik psikoterapiler –yani psikanalistin uyguladığı– fobileri olan bireylerin tedavisine çok iyi uyarlanır. Daha önce gördüğümüz gibi, fobi asla dingin bir ortamda tek başına görülmez, birçok zorluğun bir araya gelmesinden doğan bir sonuçtur. Tedavi, özellikle hastalık belirtisi üstünde değil, açık seçik fobik belirtiyi destekleyen psikopatolojik oluşum üstünde yoğunlaşır. Genel olarak psikanaliz ve özel olarak da fobik hastaların psikoterapisi kesinlikle hastalık belirtilerinin tedavisi değildir, bir kimsenin, fobinin görünen kısımlarından biri olduğu sorunlarının tümünün tedavisidir. Bu tedavile-

rin işaretinin içinde bulunduğu psikopatolojik bağlamın bir işlevi olduğu açıktır.

Psikotik ya da psikopatik koşullarda (sık ya da endişe verici durumlara geçişlerin görüldüğü karşıt-fobik tavırlarla birlikte), psikanalitik tedavi, aynı zamanda psikiyatrik ya da tıbbi bakım gerektiren bir tedavi projesinin bir parçası olabilir ancak.

Buna karşılık, fobik hastalık belirtileriyle ve kişilik bozukluklarıyla ilgilenen bilim dalı hastanın kendi yaşamını kendisinin yönlendirebileceği sınırlar içinde kaldığında, psikanalitik tedavi bu hastaya özellikle uzun vadeli ve en iyi iyileşme koşullarını sunar.

İlacın sınırlanmasının gerekli olduğu çocuklarla ilgili özel hastalık durumlarında, analitik durum çatışmaların oluşumunu hazırlar ve bunlar daha sonra daha zor seferber edilen, belirgin özellikli bir düzenlemeyle saptanırlar ya da hastalık belirtisinin sonuçları çocuğun gelişmesi önünde bir engel oluşturmaz. Öte yandan, çoğu zaman fobilerle birlikte görülen entelektüel ketlemelerin ortadan kalkması, çocuğun okuldaki başarısızlıklarını ve bu nedenle oluşabilecek daha sonraki sorunların ortaya çıkma riskini de engeller. Belirgin özellikli ve gizli seyreden bir fobi psikanalitik tedaviye işaret eden bir durumdur.

Daha sonra ve özellikle yeniyetmelikte, bu tür bir yaklaşımın, çocuğun gelişim ve ergenlik dönemiyle ve yetişkinlik dönemindeki cinsel işlevlerinin ortaya çıkmasıyla ve de aile bireylerine karşı gerekli mesafeyi alma gerekliliğiyle birlikte yaşadığı travmaları kolay atlatmasına yardımcı olma gibi bir yararı vardır.

Yetişkinde "klasik" denen psikanalitik tedavi uygulanabilir olduğunda –yeterli sürelerde (kırk beş dakika), yeterli haftalık (üç ya da dört) seanslarla– olası en iyi terapidir. Gerçekten de, fobik hastalar bağlamında onları ağlamaya ve heyecanlanmaya vakit bulabilecekleri, güvenilir, öngörülebilir bir ortama sokmak özellikle önemlidir. Onlar için olup biteni anlamak önemli olmakla birlikte, esas olan, duygusal anlayıştır, fobik sistemin arka plana attığı anılara yeniden kavuşabilme olanağıdır. Her analizde görüldüğü gibi, tam bir iyileşme, psişik düzenin gelişmesinin sağlanmasıyla, daha önce travmatik özellikler taşıyan unsurların gözden geçirilmesiyle ve çatışmaların yeniden ele alınmasıyla sağlanabilir.

Fobik hastaların analizinde –temel olmasa da– hayli belirgin olan fobinin, analitik girişimi motive eden fobinin oldukça çabuk ortadan kalktığı görülebilir; bununla birlikte, psişik doku yeteri kadar güçlü değilse, ortaya çıkan yeni bir fobi geçici olarak önceki hastalık belirtisinin yerini alır ve Ben alanının onu gereksizleştirmesine kadar kalır bu fobi.

Özellikle analistin kişiliğinin görsel algısı öznenin iç alanının, psişik tasarımlar sahnesinin gelişimini desteklerse, yüz yüze gerçekleşen psikoterapilerden olumlu işaretler alınır. Bu tedaviler genel olarak haftada iki seans olarak düzenlenir. Ama, şunu da belirtmek gerekir ki, analitik olduğu söylenen birçok psikoterapi, yetişkinde ya da çocukta olsun, çok kısa süreli ya da çok sık tekrarlanan seanslarla gerçekleşir; elde edilen vasat ya da hiçbir işe yaramayan sonuçlar gerçek anlamda psikanalitik metodu gözden düşürür ve sonunda bu hastaları kendilerine derin ve kalıcı değişiklikler getirecek tedavi koşullarından uzaklaştırır.

KAYNAKÇA

Bayle G., *Le trésor de phobies*, Paris, PUF, "Épîtres", 1999.
Birraux A., *Éloge de la phobie*, Paris, PUF, 1994.
Bowlby J., Separation anxiety (1960), *International journal of Psycho-Analysis*, 41.
Brusset B., *Les psychothérapies*, Paris, PUF, "Que-sais-je ?", n° 480, 2005.
Compton A., The psychoanalytic view of phobias, *Psychoanalytic Quarterly*, c. 61, n° 2-3, 1992.
Denis P., *Emprise et satisfaction. Les deux formants de la pulsion*, Paris, PUF, "Le Fil rouge", 1997.
Donnet J.-L., Le psychophobe, *Nouvelle Revue de psychanalyse*, n° 25, 1982.
Fenichel O., The counter-phobic attitude (1939), *International Journal of Psycho-Analysis*, 20.
Ferenczi S., Arpad, le petit homme-coq, *Psychanalyse 2*, Paris, Payot, 1970.
Fine A., Le Guen A., Oppenheimer A. (yöneten), *Peurs et phobies*, Paris, PUF, "Monographies de la Revue française de psychanalyse", 1997.
Fréjaville A., Le petit enfant comme objet phobogène, *Psychiatrie française*, n° 3, 1991.
Freud A., Fears, anxieties, and phobic phenomena, *Psychoanalytic Study of the Child*, 32, 1977.

Freud S., Analyse d'une phobie chez un petit garçon de cinq ans, *Cinq psychanalyses* içinde, Paris, PUF, 1966.
Freud S., *Inhibition, symptôme et angoisse*, Paris, PUF, 1973.
Gammil J., *À partir de Melanie Klein*, 1998.
Gehl R. H., Dépression et claustrophobie, *Revue française de psychanalyse*, c. XXIX, n° 2-3, 1965.
Green A., La position phobique centrale, *Revue française de psychanalyse*, c. LXIV, n° 3, 2000.
Klein M., *La psychanalyse des enfants*, Paris, PUF, 1969.
Klein M., Le comportement des nourrissons, M. Klein, P. Heiman, S. Isaacs, J. Rivière, *Dèveloppements de la psychanalyse*, Paris, PUF, 1966.
Lebovici S., Le Nestour A., A propos des phobies scolaires graves, *La Psychiatrie de l'enfant*, c. 20, n° 2, 1977.
Lewin B., Phobic symptoms and dream interpretation (1952), *Psychoanalytic Quarterly*, 21.
Lewin B., Reflections on depression (1961), *Psychoanalytic Study of the Child*, 16.
Mallet J., Contributions à l'étude des phobies, *Revue française de psychanalyse*, c. XX, n° 1-2, 1956.
Sperling M., School phobias: Classification, dynamics and treatment (1967), *The Psychoanalytic Study of the Child*, 22.
Van Rillaer J., *Peurs, angoisses et phobies*, Paris, Bernet-Danilo, 2002.

FOBİLER

PAUL DENIS

Türkçesi: İSMAİL YERGUZ

GÖRÜNÜRDE BİR TEHLİKE OLMAKSIZIN KİŞİNİN KENDİSİNİ TEDİRGİN VE HUZURSUZ HİSSETMESİNE YOL AÇAN FOBİLER HEMEN HEMEN HERKESİN YAŞAMINDA GÖRÜLÜR. ÖRÜMCEKLERDEN YÜKSEKLİK KORKUSUNA, KLOSTROFOBİDEN AGORAFOBİYE DEK BİNLERCE FARKLI FOBİ TANIMI YAPILMAKTADIR. KİŞİNİN BÖYLESİ BİR KORKUYLA BAŞA ÇIKMAK İÇİN GELİŞTİRDİĞİ KENDİSİNE HAS SAVUNMA MEKANİZMALARI DA İNCELENDİĞİNDE, FOBİ KAVRAMININ GÖRÜNDÜĞÜNDEN DAHA KARMAŞIK BİR RUHSAL SÜREÇ OLDUĞU ANLAŞILIR. FOBİYİ GERÇEK SEBEPLERİ IŞIĞINDA GÖRÜP TANIMAK, KİŞİNİN HAYATINI BAZEN CEHENNEME ÇEVİREBİLECEK BU BUYURGAN KETLEMEYİ AŞMANIN TEMEL ESASI KABUL EDİLİR. BU KÜÇÜK KİTAP MESLEKTEN OKUYUCULARA OLDUĞU KADAR GENEL BİR OKUR KİTLESİNE DE SESLENEN BİR KILAVUZ.

Kültür Kitaplığı: 67; Psikoloji: 6



D